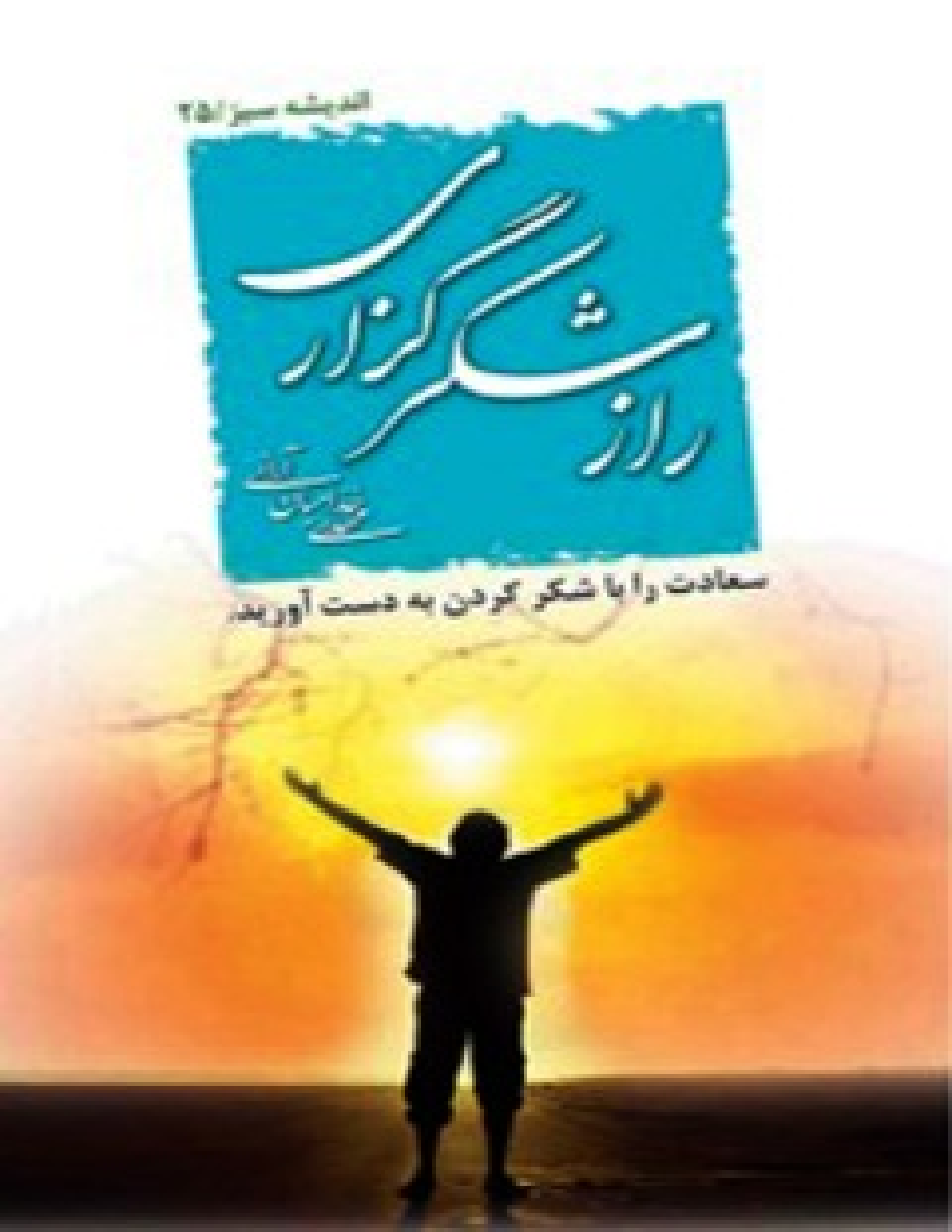

اندیشه سبز ۲۵
راز شکرگزاری
سعادت را با شکر کردن به دست آور

راز شکرگزاری

مشخصات کتاب

سرشناسه : خدامیان آرانی، مهدی، 1353 -

عنوان و نام پدیدآور : راز شکرگزاری/ مهدی خدامیان آرانی.

مشخصات نشر : تهران: دعوت، 1388.

مشخصات ظاهری : 88ص.

شابک : 13000ریال: 978-964-2909-62-9

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

یادداشت : کتابنامه:ص.81.

موضوع : شکر

موضوع : Gratitude to God*

موضوع : راه و رسم زندگی

موضوع : Conduct of life

رده بندی کنگره : BJ1533/ش8 خ4 1388

رده بندی دیویی : 179/9

شماره کتابشناسی ملی : 1762810

ص: 1

اشاره

ص: 2

راز شکرگزاری

مهدی خدامیان آرانی

ص: 3

ص: 4

فهرست

تصویر

ص: 5

تصوير

ص: 6

مقدمه

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَ-نِ الرَّحِيمِ

آیا می خواهید ثروت شما در زندگی زیاد و زیادتر شود؟

آیا دوست دارید آرامشی بس بزرگ را تجربه کنید و زندگی برای شما دلنشین شود؟

آیا از هیاهوی این طرف و آن طرف دویدن و حرص زدن خسته شده اید؟

این کتاب به شما کمک می کند تا با راز بزرگ شکرگزاری آشنا شوید و در صورتی که آن را در زندگی به کار گیرید، زندگی خود را متحوّل خواهید کرد.

درد امروزِ جامعه ما این است که همه کنار پنجره زندگی خود ایستاده اند و همواره به بیرون نگاه می کنند، برای همین آنها نمی توانند زیبایی های زندگی خود را ببینند!

سخن کتاب حاضر این است:

«همان طور که کنار پنجره زندگی خود ایستاده اید، صد و

هشتاد درجه بچرخید و این بار به زندگی خود نگاه کنید، دست از مقایسه و چشم و هم چشمی بردارید، آنگاه خواهید دید که زندگی شما هم به اندازه خودش زیبا است».

با خواندن این کتاب می توانید کاری کنید که خدا هم از شما تشکّر کند، چرا که شما با راز بزرگی آشنا شده اید.

بسیار خوشحال می شوم که از نظرات شما در مورد این کتاب بهره ببرم ، منتظر شما هستم .

مهدی خُدّامیان آرانی

قم، اسفند 88

ص: 8

ص:9

شکر نعمت، نعمتت افزون کند!

عمر تو را به دو مرحله تقسیم کرده ایم: در یک مرحله در ناز و نعمت خواهی بود و در مرحله دیگر در فقر و تنگدستی!

اکنون اختیار با خودت است، آیا می خواهی ایّام جوانیت در فقر باشی و بعد از آن به ثروت برسی یا اینکه در اوّل زندگیت در ناز و نعمت باشی و بعدا به فقر مبتلا شوی!

این سخنانی بود که آن مرد می شنید. فرشته ای از جانب خدا مأمور شده بود تا این پیام را به این مرد برساند.

اگر شما جای او بودید چه می کردید؟ کدام را انتخاب می کردید؟

اجازه بدهید من با همسرم مشورت کنم.

آری، این مرد همسری دانا داشت و می دانست که می تواند در این زمینه او را یاری کند.

همسر او لحظاتی فکر کرد و گفت: عزیزم! بهتر است که ابتدا ثروت را انتخاب کنی.

ص:10

مرد به آن مأمور الهی اعلام کرد که می خواهم در مرحله اوّل زندگیم ثروتمند زندگی کنم و بعد از آن به آغوش فقر بروم.

به اذن خدا ثروت به سوی این مرد رو کرد و مال و دارایی او به اندازه ای زیاد شد که هیچ کس باور نمی کرد.

آنها زندگی خوش و خرّمی را آغاز کردند و همواره در ناز و نعمت بودند.

یک روز همسر آن مرد به او رو کرد و گفت: اکنون که خدا به ما ثروت زیادی داده است آیا نمی خواهی شکر آن را بجا آوریم؟

مرد در پاسخ گفت: به نظر تو چگونه می توانیم شکر این نعمت ها را بجا آوریم؟

زن در پاسخ گفت: نگاه کن آن همسایه روبروی خانه مان در فقر و نداری زندگی می کند، بیا به او کمک کنیم، فلانی را می شناسی او هم نیازمند است، بیا به او هم کمک کنیم.

مرد فکر همسر خود را پسندید و آنها همیشه تلاش می کردند تا با کمک کردن به دیگران شکر نعمت هایی را که خدا به آنها داده بود، بجا آورند.

روزگار سپری شد، تا اینکه مرحله اوّل عمر آن مرد تمام شد و هر لحظه منتظر بود تا مرحله دوّم زندگی او فرا رسد.

او منتظر بود تا روزگار فقر و بیچارگی او از راه برسد، امّا هر چه صبر کرد از فقر و نداری خبری نشد. او به دنبال جواب این معمّا بود، چگونه است که روزگار فقر، شروع نمی شود.

او این چنین جواب شنید: خداوند به تو نعمت داد و تو شکر آن بجا آوردی و خداوند در مقابل، فقر و نداری را از تو دور کرد و تو تا آخر عمر در ناز و نعمت خواهی بود.(1)

آری، اگر شکر نعمت هایی که خدا به تو داده است، بجا آوری آن نعمت ها برای تو باقی می ماند و تو می توانی برای مدّت طولانی از آنها استفاده کنی، امّا کفران نعمت باعث می شود تا نعمت ها از دست تو خارج شود.(2)

1- 1. . عن معمر بن خلاّد: «قال الرضا علیه السلام: اتّقوا اللّه، وعلیکم بالتواضع والشکر والحمد، أنّه کان فی بنی إسرائیل رجل فأتاه فی منامه من قال له: إنّ لک نصف عمرک سعه، فاختر أیّ النصفین شئت، فقال: إنّ لی شریکا. فلمّا أصبح الرجل قال لزوجته: قد أتانی فی هذه اللیله رجل فأخبرنی أنّ نصف عمری لی سعه، فاختر أیّ النصفین شئت؟ فقالت له زوجته: اختر النصف الأوّل، فقال: لکِ ذاک، فأقبلت علیه الدنیا، فکان کلّما کانت نعمه قالت زوجته: جارک فلان محتاج فصله، وتقول: قرابتک فلان فتعطیه، وکانوا کذلک کلّما جاءتهم نعمه أعطوا وتصدّقوا وشکروا، فلمّا کان لیله من اللیالی أتاه الرجل فقال: یا هذا، إنّ النصف قد انقضی فما رأیک؟ قال: لی شریک. فلمّا أصبح قال لزوجته: أتانی الرجل فأعلمنی أنّ النصف قد انقضی، فقالت له زوجته: قد أنعم اللّه علینا فشکرنا، واللّه أولی بالوفاء، قال: فإنّ لک تمام عمرک»: مشکاه الأنوار ص 69، بحار الأنوار ج 68 ص 54.

2- 2. . الإمام الصادق علیه السلام: «مکتوب فی التوراه: اشکر مَن أنعم علیک، وأنعم علی من شکرک، فإنّه لا زوال للنعماء إذا شُکرت، ولا بقاء لها إذا کفرت، والشکر زیاده فی النعم وأمان من الغیر»: الکافی ج 2 ص 94، وسائل الشیعه ج 15 ص 315، الجواهر السنیه ص 40، جامع أحادیث الشیعه ج 13 ص 533.

داشتم قرآن می خواندم که به آیه 182 سوره اعراف رسیدم، آنجا که خداوند سخن از «استدراج» به میان می آورد. آیا می دانی «استدراج» چه معنایی دارد؟

این که انسان گناه کند و از خدای متعال غافل شود به گونه ای که دیگر زمینه هدایت برای او نباشد پس خداوند هم با زیاد کردن مال و ثروت، او را به دنیا مشغول می کند و او آن چنان غرق دنیا می شود که دیگر توبه را فراموش می کند.

آری، آنان که همواره گرد گناه می گردند ولی به جای بلا و گرفتاری، نعمت و ثروت به سوی آنها رو می کند باید بدانند که این نعمت ها از روی مهربانی خدا نیست بلکه نشانه غضب خداوند است.

این قانون خدا است، او گنهکارانی را که دیگر امیدی به بازگشت آنها نیست به استدراج مبتلا می کند و آرام آرام آنها را از رحمت خود دور می کند و زمینه ای فراهم می کند تا آنان خدا را فراموش کنند و پس از آن به یکباره در

عذاب گرفتار آیند.

از شما چه پنهان که من وضع مالی خوبی داشتم و همواره در ناز و نعمت بودم و از طرف دیگر عدّه ای را می دیدم که افراد مؤمنی بودند ولی در فقر و نداری زندگی می کردند.

آنها محتاج نان شب خود بودند و چه بسا شب ها گرسنه به خواب می رفتند. امّا خداوند به من نعمت های زیادی داده بود، خانه بزرگی داشتم و چند نفر در خانه من به خدمتگزاری مشغول بودند.

من فردی بودم که سعی می کردم گرد گناه نروم امّا همیشه یک ترس بزرگ داشتم که آرامش را از من گرفته بود.

ترس من این بود که این ثروتی که خدا به من داده است، نشانه استدراج باشد. آیا خداوند می خواهد با این ثروت مرا از خود دور کند؟ مبادا گناهان من باعث شده است که خداوند از هدایت من ناامید شده باشد، برای همین با فرو ریختن نعمت و ثروت، می خواهد او را فراموش کنم و به یکباره مرا در عذاب خود بیفکند.

آیا شما راه حلّی می شناسید تا افرادی مثل من از این ترس رها شوند؟ اگر شما به آنها کمک کنید تا زنده اند دعاگوی شما خواهند بود،فکری به خاطرم می رسد.

خوب است خدمت امام صادق(ع) بروم و از آن حضرت راهنمایی بخواهم. ای امام مهربان! من هر چه از خدا خواسته ام به من داده است. دست به هر کاری می زنم موفّق می شوم و ثروت زیادی نصیبم می شود! امّا مردمان مؤمنی

را می بینم که ایمانشان از من قوی تر است، امّا آنها در فقر زندگی می کنند!

من می ترسم این همه ثروتی که خدا به من داده است به خاطر «استدراج» باشد، نکند خدا این طوری می خواهد مرا از یاد خود دور کند.

امام صادق(ع) نگاهی به من کرد و فرمود: «ای سعدان! آیا تو شکر این نعمت ها را بجا می آوری؟ اگر بنده شکرگزاری باشی و حقّ شکر را ادا کنی دیگر این نعمت ها به هیچ وجه «استدراج» نیست. تا زمانی که شکر و ستایش خدا را فراموش نکرده ای، نترس! بدان که این نعمت ها همه رحمت خدا است و خداوند تو را دوست داشته و این همه نعمت به تو ارزانی داشته است. از آن روزی بترس که خدا به تو نعمتی بدهد و تو شکر آن را بجا نیاوری. آن روز است که «استدارج» شروع می شود و تو باید نگران باشی».(1)

دوست خوبم! از نعمتی که خدا به تو بدهد و تو شکر آن را بجا نیاوری بترس! همین الآن کتاب را به زمین بگذار و سجاده ات را باز کن و به سجده برو. سجده شکر کن به خاطر آن همه نعمت هایی که خدا به تو داد و تو فراموش کردی که شکر آنها را بجا آوری!

1- 3. . عن سعدان بن یزید قال: «قلت لأبی عبد اللّه علیه السلام: إنّی أری من هو شدید الحال مضیّقاً علیه العیش، وأری نفسی فی سعه من هذه الدنیا لا أمدّ یدی إلی شیء إلاّ رأیت فیه ما أحبّ، وقد أری من هو أفضل منّی قد صُرف ذلک عنه، فقد خشیت أن یکون ذلک استدراجاً من اللّه لی بخطیئتی؟ فقال: أمّا مع الحمد فلا واللّه»: مشکاه الأنوار ص 66، بحار الأنوار ج 68 ص 54؛ الإمام الحسین علیه السلام: «الاستدراج من اللّه سبحانه لعبده أن یسبغ علیه النعم ویسلبه الشکر...»: تحف العقول ص 246، بحار الأنوار ج 75 ص 117.

ماشین سمندی که دزدیده شد!

من در شهر مقدّس قم زندگی می کنم ولی دوستان زیادی در شهر اصفهان دارم که با یکدیگر در سفر حج و عمره آشنا شده ایم چون بارها به عنوان روحانی همراه کاروان های حج و عمره اصفهان به مکّه سفر کرده ام.

ساعت 11 شب بود که تلفن زنگ زد، حسین آقا پشت خط بود.

تازه فهمیدم که حسین آقا بعد از یک عمر پس انداز کردن، هفته قبل، یک ماشین سمند خریداری کرده که درست بعد از یک هفته آقای دزد آن را برای خود برده است!

من با شنیدن این خبر ناراحت شدم و به او گفتم: آیا به پلیس خبر داده ای؟

او در جواب گفت: آری، به او گفتم: حسین آقا! نذر کن اگر ماشینت پیدا شد حقّ شکر خدا را بجا آوری.

او هم قبول کرد و بعد با هم خداحافظی کردیم.

فردا عصر ساعت 5 بعد از ظهر بود که من تازه به خانه رسیده بودم، دیدم درِ

خانه ما، یک ماشین سمند نو پارک شده است.

خدایا! چه کسی ماشینش را اینجا پارک کرده است!

داخل خانه رفتم، بله حسین آقا با خانواده در اتاق پذیرایی ما نشسته بودند.

معلوم شد که پلیس نیمه شب آقای دزد را دستگیر کرده و صبح به حسین آقا خبر می دهند، او هم می رود ماشین را تحویل می گیرد و فورا با خانواده به سوی شهر قم حرکت می کند تا هم به زیارت حضرت معصومه مشرّف شوند و هم نذر خودش را ادا کند.

حسین آقا گفت: خوب، ما آمده ایم به نذر خودمان عمل کنیم، می خواهیم حقّ شکر خدا را ادا کنیم، بفرمایید چه باید بکنیم؟

من نگاهی به حسین آقا کردم و گفتم: خیلی ساده است، یک بار با صدای بلند بگو: «الحمد للّه».

حسین آقا با تعجّب به من نگاه کرد، خیال می کرد که من با او شوخی می کنم؛ امّا وقتی فهمید من خیلی جدّی دارم سخن می گویم واقعا گیج شد!

او گفت: آخر چگونه ممکن است من با گفتن یک «الحمد للّه» به نذر خود عمل کرده باشم و حقّ شکر خدا را انجام داده باشم.

من بلند شدم، از قفسه کتاب ها، کتاب «اصول کافی» را بیرون آوردم و این روایت را برای او خواندم:

به امام صادق(ع) خبر دادند که اسب او گم شده است، آن حضرت فرمود: اگر اسب من پیدا شود حقّ شکر خدا را ادا خواهم نمود.

مدّتی گذشت تا این که یکی از یاران امام، اسب را پیدا کرد و آورد. در این لحظه امام رو به آسمان کرد و یک «الحمد للّه» گفت. یکی از اطرافیان از امام سؤل کرد: شما فرمودید که اگر اسب من پیدا شود حقّ شکر خدا را ادا خواهم نمود. امام در جواب گفت: آیا نشنیدی که من «الحمد للّه» گفتم؟(1)

آری، امام می خواست این پیام را به دیگران برساند که اگر با شناخت کافی، شکر خدا را بکنیم همان یک بار الحمد للّه هم کفایت می کند.

مهمّ آن است که با توجّه و حضور قلب، این ذکر را بگوییم و تمام وجودمان شکرگزار خدا باشد، نه اینکه با زبان، ذکر بگوییم امّا دلمان جای دیگر باشد.

1- 4. . عن حمّاد بن عثمان، قال: خرج أبو عبد اللّه علیه السلام من المسجد وقد ضاعت دابّته، فقال: لئن ردّها اللّه علیَّ لأشکرنّ اللّه حقّ شکره، قال: فما لبث أن أتی بها، فقال: الحمد للّه، فقال قائل له: جُعلت فداک، قلت: لأشکرنّ اللّه حقّ شکره! فقال أبو عبد اللّه: ألم تسمعنی قلت: الحمد للّه»: الکافی ج 2 ص 97، تفسیر نور الثقلین ج 1 ص 15؛ عن إسحاق بن عمّار، قال: «قال أبو عبد اللّه علیه السلام: یا إسحاق، ما أنعم اللّه علی عبدٍ نعمه فعرفها بقلبه وجهر بحمد اللّه علیها ففرغ منها، حتّی یؤر له بالمزید»: مستدرک الوسائل ج 5 ص 153، الفصول المهمّه فی أصول الأئمّه ج 3 ص 330، جامع أحادیث الشیعه ج 15 ص 386.

چرا این قدر خودت را خسته می کنی؟!

شب از نیمه گذشته است و همه مردم در خواب هستند.

نور مهتاب آسمان مدینه را روشن کرده است، همه جا سکوت است و آرامش.

همسر پیامبر در بستر خوابیده است که صدایی به گوشش می خورد.

در این نیمه شب، صدا از کجا می آید؟

او برمی خیزد و پیامبر را در بستر نمی بیند. پیامبر کجاست؟ او به جستجوی پیامبر می رود و پیامبر را در حال نماز و مشغول عبادت می یابد!

آری، صدای گریه پیامبر بود که او را از خواب بیدار کرد.

نور مهتاب از پنجره به اتاق تابیده و چهره پیامبر را روشن کرده است.

چهره پیامبر چه دلرباتر شده است!

همه فرشتگان نیز به تماشای این قطرات اشکی نشسته اند که بر گونه

پیامبر جاری است.

نمی دانم خدا این اشک ها را با چه قیمتی خریداری می کند؟!

همسر پیامبر صبر می کند تا نماز حضرت تمام شود، آنگاه می گوید: ای رسول خدا! چرا این قدر خودتان را خسته می کنید؟ برای چه این قدر نماز می خوانید؟ خدا، تمام گناهان شما را بخشیده است. مگر خداوند به تو وعده بهشت نداده است؟ پس دیگر برای چه این قدر اشک می ریزی و عبادت می کنی؟

پیامبر لبخندی می زند و می فرماید: درست است که خدا به من وعده بهشت داده است، امّا آیا من بنده شکرگزاری نباشم! آیا نباید در مقابل این همه نعمتی که خدا به من داده است تشکّر کنم؟

آری، همسر پیامبر خیال می کرد هر کس که در دل شب اشک بریزد و با خدا خلوت کند از ترس جهنّم به خدا پناه می برد.

او نمی دانست که به گونه دیگری هم می توان عبادت کرد و اشک ریخت!

اشک چشم پیامبر اشک ترس نیست!

او اشک می ریزد و به سجده می رود تا از خدا تشکّر کند!

دوست من! تو هم امشب، همین نیمه شب وضو بگیر و به نماز بایست!

مگر پیامبر بزرگترین الگو برای همه ما نیست؟

بیا یکبار هم که شده در دل شب نه از ترس خدا بلکه از روی عشق برای خدایی نماز بخوانیم که به ما این همه نعمت ارزانی داشته است!

آیا می دانید این گونه خدا را عبادت کردن، مایه آرامش می شود؟

وقتی تو به خاطر تشکّر از خدا، نماز می خوانی و به سجده می روی به طور

ناخودآگاه به نعمت هایی که خدا به تو داده است توجّه پیدا می کنی، به داشته هایت در زندگی فکر می کنی، مثبت اندیش می شوی و دیگر هیچ گاه به نداشته ها و کاستی ها، فکر نخواهی کرد.

با این گونه عبادت کردن، زیبایی های زندگی خود را در خاطر و فکر خود درشت و درشت تر می کنی و اینجاست که متوجّه می شوی که خدا چقدر به تو نعمت داده است و تو از آنها غافل بوده ای!(1)

1- 5. . عن الإمام الباقر علیه السلام: «کان رسول اللّه عند عائشه لیلتها، فقالت: یا رسول اللّه، لِمَ تتعب نفسک وقد غفر اللّه لک ما تقدّم من ذنبک وما تأخّر؟ فقال: یا عائشه، ألا أکون عبداً شکوراً...»: الکافیج 2 ص95، بحار الأنوار ج 16 ص 264، التفسیر الصافی ج 3 ص 299، جامع السعادات ج 3 ص 192.

چرا این چنین بر خاک افتاده ای!

نمی دانم مرا می شناسی یا نه؟

اسم من اسحاق بن عمّار است و اهل کوفه هستم، روزگار درازی بود که آرزوی دیدن امام صادق(ع) را به دل داشتم.(1)

اکنون خدا به من توفیق داده است که به شهر مدینه سفر کنم و ضمن زیارت حرم رسول خدا، از فیض حضور امام صادق(ع) نیز بهره ببرم.

امروز تصمیم گرفته ام که به خانه آن حضرت بروم، آیا شما همراه من می آیید؟

دیگر راه زیادی نمانده است، از این پیچ که بگذریم به خانه آن حضرت می رسیم.

نگاه کن!

امام صادق(ع) دارند از خانه خارج می شوند! در این وقت روز، آن حضرت به کجا می روند؟

1- 6. . إسحاق بن عمّار بن حيّان الصيرفى: شيخ من أصحابنا كوفى ثقه...: رجال النجاشى ص 71، فهرست الطوسى ص 39، رجال الطوسى ص 331، رجال البرقى ص 28، رجال ابن داوود ص 426، خلاصه الأقوال ص 200، نقد الرجال ج 1 ص 195، معجم رجال الحديث ج 3 ص 222.

آیا موافقید همراه آن حضرت برویم؟

بعد از عرض سلام و ادب، با آن حضرت همراه می شویم، چند نفر از دیگر دوستان نیز به ما ملحق می شوند.

در بین راه با امام مشغول صحبت می شویم و سؤال های خود را از آن حضرت می پرسیم و ایشان با روی باز به سؤال های ما پاسخ می دهند.

آری، آن حضرت همواره از هر گونه سؤالی استقبال می کردند و هرگز با تندی با سؤال کننده برخورد نمی کردند.

دوست من! آن امام زیبایی ها هیچ گاه به سؤال ما لقب شبهه نمی دادند!

خلاصه کلام آنکه ما همین طور داشتیم با امام خویش سخن می گفتیم که ناگهان دیدیم امام رو به قبله ایستاد و به سجده رفت!

همه تعجّب کردیم. بعد از لحظاتی امام صورت خود را بر روی خاک گذاشت و مشغول دعا شد.

مدّت زیادی گذشته بود و امام هم چنان در سجده بود!

امام سر از سجده برداشتند در حالی پیشانی و صورت آن حضرت خاک آلود شده بود و برای همین آن حضرت دستی به سر و صورت خود کشیدند.

من رو به امام کردم و گفتم: چرا شما در اینجا به سجده رفتید؟

امام با مهربانی به من نگاه کردند و فرمودند: ای اسحاق! وقتی داشتم با شما راه می رفتم ناگهان به یاد یکی از نعمت هایی افتادم که خدا به من داده بود. دوست داشتم در مقابل خدای خویش به سجده بروم و شکر آن را بجا آورم، نخواستم هنگامی که این نعمت خدا را یاد کردم با بی توجّهی از آن بگذرم، هر گاه خداوند

نعمتی را به بنده خود بدهد و آن بنده در سجده شکر آن را بجا آورد خداوند به فرشتگان دستور می دهد تا نعمت های زیادتری به آن بنده بدهند.(1)

بیا از امروز من و تو هم هرگاه به یاد نعمتی افتادیم که خدا به ما داده است به سجده برویم و شکر خدا را بجا آوریم.

سعی کنید هنگامی که به سجده می روید با وضو باشید چرا که در این صورت خداوند متعال برای شما ثواب ده کار نیکو می نویسد و ده گناه بزرگ شما را می بخشد.

آری، وقتی به یاد نعمتی از نعمت های خدا افتادید به سجده بروید و با این کار بخشش و مغفرت خدا را به سوی خود جذب کنید.(2)

البته بسیار خوب است که بر روی خاک سجده نمایید چرا که خداوند دوست دارد صورت بنده خود را خاک آلود ببیند!

نمی دانم این حکایت را شنیده ای که خداوند به حضرت موسی(ع) فرمود: ای موسی! آیا می دانی که چرا من تو را به پیامبری انتخاب کردم و تو را برای هم صحبتیِ خود انتخاب نمودم؟

موسی در جواب گفت: نه.

خداوند فرمود: ای موسی! دیدم که تو در مقابل عظمت من به سجده می روی و صورت خود را بر خاک می نهی، پس تو را از همه مردم دنیا متواضع تر یافتم و برای همین تو را به پیامبری انتخاب نمودم.

در این هنگام موسی(ع) بار دیگر به سجده رفت و صورت خود را بر خاک قرار داد.

1- 7. . عن إسحاق بن عمّار قال: «خرجت مع أبی عبد اللّه وهو یحدّث نفسه، ثمّ استقبل القبله فسجد طویلاً ثمّ ألزق خدّه الأیمن بالتراب طویلاً، ثمّ مسح وجهه، ثمّ رکب، فقلت له: بأبی أنت وأمّی، لقد صنعت شیئاً ما رأیته قطّ؟ قال: یا إسحاق، إنّی ذکرت نعمه من نعم اللّه...»: مکارم الأخلاق ص 265.

2- 8. . الإمام الصادق عليه السلام: «من سجد سجده ليشكر نعمه وهو متوضّئ، كتب اللّه له عشر حسنات، ومحى عنه خطيئات عظام»: مستدرک الوسائل ج 5 ص 151، بحار الأنوار ج 83 ص 219؛ الإمام الصادق عليه السلام: «أيّما مؤمن سجد للّه سجده لشكر نعمه فى غير صلاه، كتب اللّه له بها عشر حسنات، ومحى عنه عشر سيّئات...»: ثواب الأعمال ص 35، الحدائق الناضره ج 8 ص 351، جواهر الكلام ج 19 ص 226، بحار الأنوارج 83 ص 201.

خطاب رسید: ای موسی! سر خود را بالا بگیر، و این خاک ها که بر صورت داری را بر بدن خود بمال که من این خاک را شفای درد جسم و جان تو قرار داده ام.(1)

دوست من! یک مُهر نماز را بردار و آن را خرد کن. اکنون تو خاک تمیز داری. این خاک را داخل جانماز مخصوصی قرار بده، و سعی کن که بر روی آن خاک سجده کنی و صورت خود را روی آن بگذاری.

پیشنهاد می کنم، مهری را که می خواهید خرد کنید، مهرِ کربلا نباشد زیرا تربت امام حسین(ع) احترام دارد و شما موقعی که می خواهید صورت خود را بشویید ممکن است ذرات خاک تربت، به زمین بریزد و به آن بی احترامی شود.

بگذار فرشتگان آسمان صورت خاک آلوده تو را ببینند. این تواضع و فروتنی تو نزد خدا بسیار ارزش دارد.

به هرحال هرگاه به یاد نعمتی از نعمت های خدا افتادی به سجده برو و از خدای مهربان خویش، تشکّر کن.

شاید بگویی که من موقعی که در محلّ کار هستم، چگونه به سجده بروم؟

شاید برای شما جالب باشد امام صادق(ع) دو راه حل در اینجا بیان کرده است.(2)

آیا می خواهید از این راه حل باخبر شوید؟

الف . هنگامی که در محلّ کار خود هستی و ناگهان به یاد نعمت های زیبایی که خدا به تو داده است می افتی پس دست خود را به سینه ات بگیر و مقداری به جلو خم شو!

1- 9. . عن جمیل، عن أبی عبد اللّه علیه السلام قال: «أوحی اللّه تعالی إلی موسی بن عمران علیه السلام: أتدری یا موسی لِمَ انتجبتک من خلقی، واصطفیتک لکلامی؟ فقال : لا یا ربّ، فأوحی اللّه إلیه أنّی اطّلعت إلی الأرض فلم أجد علیها أشدّ تواضعاً لی منک. فخرّ موسی علیه السلام ساجداً

وعفّر خدّيه فى التراب تذلّلاً منه لربّه عزّ وجلّ، فأوحى اللّه إليه: ارفع رأسک يا موسى، وامرر يدک فى موضع سجودک، وامسح بها وجهک وما نالته من بدنک؛ فإنّه أمان من كلّ سقم وداء وآفه وعاهه»: الأمالى للطوسى ص 164، وسائل الشيعه ج 7 ص 14.

2- 10. . عن إسحاق بن عمّار: «... وإذا كنت فى ملأٍ من الناس، فضع يدک على أسفل بطنک واحنِ ظهرک، وليكن تواضعاً للّه...»: تهذيب الأحكام ج 2 ص 113، وسائل الشيعه ج 7 ص 20.

چگونه وقتی شخص محترمی را می بینی با گذاشتن دست روی سینه، ادب می کنی!

اکنون که نمی توانی به سجده بروی پس دست به سینه بگیر و مقداری به سمت جلو خم شو و این گونه فروتنی و تواضع خود را در مقابل خدای خویش اعلام کن!

ب . کف دست راست خود را بالا بیاور و گونه سمت راست خود را به نیّت سجده به روی کف دست خود بگذار و حمد خدا بنما.(1)

اگر در حکایت بالا خوب دقّت کرده باشی، متوجّه شده ای که امام صادق(ع) در ابتدا پیشانی خود را به زمین گذاشتند و بعد از آن صورت خود را روی زمین نهادند، شما این دو کار را با هم انجام بدهید؛ ابتدا به نیت سجده دست به سینه بگیرید، مقداری به جلو خم شوید و بعد هم به نیت گذاشتن صورت خود به زمین، صورت خود را روی کف دست خود بگذارید.

مهم این است که در آن لحظه ای که به یاد نعمت خدا می افتی بی خیال نباشی و به هر وسیله ای که می توانی تواضع خود را نسبت به خدا نشان دهی!

1- 11. . عن یونس بن عمّار، عن أبی عبد اللّه علیه السلام قال: «إذا ذکر أحدکم نعمه اللّه جلّ وعزّ، فلیضع خدّه علی التراب شکراً للّه، فإن کان راکباً فلینزل فلیضع خدّه علی التراب، وإن لم یکن یقدر علی النزول للشهره فلیضع خدّه علی قربوسه، فإن لم یکن یقدر فلیضع خدّه علی کفّه، ثمّ لیحمد اللّه علی ما أنعم علیه»: الکافی ج 2 ص 98، بحار الأنوار ج 68 ص 35.

ثواب زیادی برای خود کسب کن!

ما انسان ها بسیار فراموشکار هستیم و اگر همواره در ناز و نعمت باشیم چه بسا خدا را فراموش می کنیم.

برای همین گاه می شود که خداوند برای آنکه جلو غفلت ما را بگیرد ما را به بلایی مبتلا می کند تا از خواب بیدار شویم و دوران غفلت ما طولانی نشود.

به هر حال همه کارهای خداوند از روی حکمت می باشد و به خیر و صلاح بنده او است.

امام کاظم(ع) در سخن خود می فرمایند: ایمان شما کامل نمی شود تا زمانی که بلا را نعمت بدانید!(1)

آری، این بلایی که بر ما وارد می شود باعث می شود تا گناهانمان بخشوده شوند و قلب ما آمادگی پیدا کند تا به خدای مهربان نزدیک شود.

انسانی که به بلا گرفتار شده است با سرعت زیادی می تواند پله های کمال معنوی را طی نماید و از مقرّبان درگاه خدا شود.

1- 12. . الإمام الكاظم عليه السلام: «لن تكونوا مؤمنين حتّى تعدّوا البلاء نعمه...»: كتاب التمحيص ص 34، تحف العقول ص 377، بحار الأنوار ج 64 ص 237.

امام باقر(ع) فرمودند: هر چه میزان ایمان کسی زیادتر شود بلای بیشتری به او می رسد.(1)

خواننده محترم! اگر شما در زندگی خود به بلایی گرفتار شدید باید از این فرصت پیش آمده کمال استفاده را بنمایید و با صبر از این امتحان موفّق بیرون بیایید که در این صورت هزاران هزار جایزه معنوی در انتظار شما است.

شاید فکر کنید که اگر ما بخواهیم به کمال و رشد معنوی برسیم حتما باید به بلا گرفتار شویم.

معلوم است که این سخن درست نیست چرا که می توان به هیچ بلایی گرفتار نبود و پلّه های کمال را طی نمود.

به این سخن گوش فرا دهید.

امام صادق(ع) فرمودند: آن کسی که در ناز و نعمت زندگی می کند و شکرگزار خداوند هست نزد خداوند مانند کسی است که به بلا مبتلا شده است و صبر می کند.(2)

آری، اگر در ناز ونعمت بودی و شکرگزار آن بودی، از مسیر کمال معنوی خارج نشده ای!

مهم این است که در هر شرایطی هستی به وظیفه ات عمل کنی و باور کنی هر آن چه از دوست رسد نیکو است!

شکر تو در حال نعمت همچون صبر تو در حال بلا ارزش دارد!

مگر تو در اینکه خدا تو را دوست دارد شک داری؟

او بهترین دوست تو است و اگر گاهی برای تو بلایی می فرستد می خواهد تو

1- 13. . الإمام الباقر عليه السلام: «كلّما ازداد العبد إيماناً، ازداد ضيقاً فى معيشته...»: الكافى ج 2 ص 261، دعائم الإسلام ج 2 ص 192، النوادر للرازندى ص 114، بحار الأنوار ج 100 ص 228.
2- 14. . عن أبى عبد اللّه عليه السلام، قال: «المعافى الشاكر، له من الأجر ما للمبتلى الصابر، والمعطى الشاكر له من الأجر كالمحروم القانع»: الكافى ج 2 ص 94، بحار الأنوار ج 68 ص 28.

را از آلودگی ها پاک کند.

وقتی تو بر این بلا صبر می کنی روحت بار دیگر نورانی می شود و آماده آن می شوی تا رحمت بی انتهای خدا را به سوی خود جذب کنی!

و آن هنگام که ثروت و نعمت را بر تو نازل می کند و تو شکر این نعمت را می نمایی و ممنون او می شوی، با همین شکر کردن بیشتر به او نزدیک می شوی و او هم تو را بیشتر دوست می دارد.

امیدوارم تو از جمله آنانی باشی که باور دارند، خدا آنان را دوست دارد!

ص:29

امتحان بزرگی در پیش است

من و عدّه ای از دوستان خود در خانه امام صادق(ع) نشسته بودیم و از حضور آن حضرت بهره معنوی می بردیم.

در این میان یکی از شیعیان وارد شد و خدمت امام صادق(ع) سلام کرد.

امام با گرمی جواب او را دادند و او را کنار خود نشاندند.

از ظاهر او معلوم بود که از راه دوری آمده است. آری، او سُدیر است که از کوفه می آید. بعد از لحظاتی امام به او رو کرد و فرمود: «ای سُدیر! وقتی مال و ثروت کسی زیاد شود باید بداند که خداوند او را در شرایط امتحان قرار می دهد. شما می توانید با کمک کردن به برادران مومن خود از این امتحان پیروز بیرون بیایید. با نعمت هایی که خدا به شما می دهد همراهی خوبی داشته باشید! شکرگزار کسی باشید که به شما نعمت ارزانی داشته است، چرا که در این صورت است که خداوند نعمت خود را برای شما زیاد خواهد نمود.

ص:30

خداوند در قرآن فرموده است که اگر شکرگزار من باشید نعمت های خود را برای شما زیاد خواهم نمود».(1)

همه ما با دقّت به کلمات امام گوش فرا دادیم و تصمیم گرفتیم تا همواره به برادران دینی خود کمک کنیم، اگر خداوند به ما ثروت و مال دنیا داده است از این ثروت برای رفع نیاز مردم استفاده کنیم.

آری، بهترین شکرگزاری این است که به دیگران کمک کنیم و غمی را از دلی بزداییم.

1- 15. . عن فضل البقباق قال: «سألت أبا عبد اللّه علیه السلام عن قول اللّه عزّ وجلّ: «وَ أَمَّا بِنِعْمَهِ رَبِّکَ فَحَدِّثْ»؟ قال: الذی أنعم علیک بما فضّلک وأعطاک وأحسن إلیک، ثمّ قال: فحدّث بدینه وما أعطاه اللّه، وما أنعم به علیه»: الکافی ج 2 ص 94، بحار الأنوار ج 78 ص 28، نور الثقلین ج 5 ص 601.

پیامبر اسلام می خواهد برای جنگ با کفّار به سوی کوه احد برود، اما دلش نگران دخترش رقیّه است، زیرا او بیمار شده است.

به عیادت او آمد و با او سخن گفت، سپس با او خداحافظی کرد و به سوی میدان جنگ حرکت کرد، هیچ کس باور نمی کرد این آخرین دیدار این دختر و پدر باشد.

پیامبر از جنگ که برمی گردد رقیّه از دنیا رفته است. مردم برای تشییع جنازه دختر پیامبر جمع می شوند و بدن رقیّه را به خاک می سپارند.

نگاه کن! این حضرت فاطمه(س) است که به کنار قبر خواهرش می آید و شروع به گریه کردن می کند.

پیامبر جلو می آید و اشک چشم فاطمه(س) را پاک می نماید.

امّا دیگر غم امان نمی دهد، اشک بر چهره زیبای پیامبر می نشیند!

اشک پیامبر آرام آرام از گونه به سینه می چکد!

ص:32

ناگهان حضرت دست های خود را به سوی آسمان می گیرد، دعا می کند و اشک می ریزد!

پیامبر با خدای خود راز و نیاز می کند. به راستی پیامبر از خدا چه می خواهد؟

خود پیامبر جواب این سوال ما را می دهد: «من از خدا خواستم تا به خاطر من فشار قبر را از دخترم رقیّه بردارد».(1)

فشار قبر آن قدر وحشتناک است که پیامبر اشک می ریزد و از خدا می خواهد که دخترش را از فشار قبر نجات دهد.

بی خود نبود که امامان ما همواره از فشار قبر به خدا پناه می بردند.(2)

آیا شما راه حلّی برای رهایی از فشار قبر می شناسید؟

آیا می دانید که علّت اصلی فشار قبر چه می باشد؟

پیامبر فرمودند: «اگر انسان، شکر نعمت های خدا را به جا نیاورد و آنها را در راه درست مصرف نکند به فشار قبر مبتلا می شود».(3)

اگر سعی کنیم در مقابل نعمت هایی که خدا به ما داده است شکرگزار باشیم و تا آنجا که می توانیم به دیگران کمک کنیم از فشار قبر در امان خواهیم بود.

وقتی که خداوند به تو پول و ثروت داده است و در همسایگی تو خانواده فقیری زندگی می کند که به نانِ شب محتاج است، باید بدانی که اگر به آن همسایه رسیدگی نکردی به فشار قبر مبتلا خواهی شد.

شکرگزاریِ ثروتی که خدا به تو داده است این است که به فکر مردم باشی و گره از زندگی آنها بگشایی، نه این که فقط و فقط به فکر خودت باشی!

1- 16. . «فقد خرجت للذی خرجت له، فردّنی رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم من الطریق إلی ابنته التی کانت تحتی؛ لما بها من المرض، وولّیت من ابنه رسول اللّه الذی یحقّ علیَّ، حتّی دفنتها...»: تاریخ المدینه ج 3 ص 1031؛ همچنین مراجعه کنید: تاریخ دمشق ج 3 ص 152، تهذیب الکمال ج 19 ص 448، موسوعه التاریخ الإسلامی ج 2 ص 225. عن أبی بصیر، عن أحدهما علیهماالسلام: «قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم لمّا ماتت رقیه ابنته: إنّی لأعرف ضعفها وسألت اللّه عزّ وجلّ أن یجیرها من ضمّه القبر...»: الکافی ج 3 ص 241، بحار الأنوار ج 6 ص 266.
2- 17. . الإمام الصادق علیه السلام: «کان أبی یقول إذا أصبح: بسم اللّه وباللّه... اللّهمّ إنّی أعوذ بک من عذاب القبر، ومن ضغطه القبر...»: الکافی ج 2 ص 525، بحار الأنوار ج 83 ص 264.
3- 18. . عن السکونی، عن الصادق، عن آبائه علیهم السلام، قال: «قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم: ضغطه القبر للمؤن کفّاره لما کان منه من تضییع النعم»: الأمالی للصدوق ص 632، ثواب الأعمال ص 197، علل الشرائع ج 1 ص 309، بحار الأنوار ج 6 ص 221.

تازه اگر هم می خواهی به فکر خودت باشی چرا فقط به فکر دنیای خودت هستی!

بیا مقداری هم به فکر قبر و قیامت خود باش!

مطر مرگ حق نیست و تو دیر یا زود باید به سوی قبر بروی!

قبر هر روز این چنین فریاد می زند: «من خانه تاریکی هستم، برای خودت چراغی بیاور. من خانه تنهایی هستم، برای خودت مونسی بیاور».(1)

این صدای قبر من و تو است که ما را خطاب قرار می دهد امّا ما چقدر این پیام را می شنویم!

بیا تا با شکرگزاری از نعمت هایی که خدا به ما داده است رحمت و مهربانی خدا را به سوی خود جذب کنیم و سفر قبر و قیامت خود را در کمال آرامش طی کنیم.

1- 19. . قال رسول اللّه علیه السلام: «لم یأت علی القبر یوماً لا یتکلّم، فیقول: أنا بیت الغربه، أنا بیت الوحده، وأنا بیت الدود...»: سنن الترمذی ج 4 ص 55، کنز العمّال ج 15 ص 550.

آیا موافقید با هم یک مسابقه شکرگزاری برگزار کنیم؟

در این مسابقه ما می خواهیم از نفرات برتری که به بهترین صورت شکر نعمت های خدا را بجا آورده باشند، تقدیر کنیم.

آیا شما موافق هستید که داوری این مسابقه به عهده من باشد؟

البته طبیعی است هر داوری برای داوری کردن باید معیارهایی داشته باشد، من قول می دهم که با استفاده از سخنان امام صادق(ع) معیارهای داوری را مشخّص کنم و به داوری بپردازم.

حالا که با داوری من موافق هستید، بهتر است که من نفرات اوّل تا سوّم را انتخاب کنم.

کار انتخاب تمام شد و الان دوست دارم که این سه نفر برتر را خدمت شما معرّفی کنم و از آنها دعوت کنم تا ویژگی های خود را برای شما بگویند.(1)

نفر اوّل: اسم من سعید است، من نیز همیشه به یاد نعمت های خدا بودم و

1- 20. . قال الصادق علیه السلام: «فی کلّ نفس من أنفاسک شکر لازم لک، بل ألف وأکثر، وأدنی الشکر رؤه النعمه من اللّه من غیر علّه یتعلّق القلب بها دون اللّه، والرضا بما أعطاه، وأن لا تعصیه بنعمته، وتخالفه بشیء من أمره ونهیه بسبب نعمته، وکن للّه عبداً شاکراً علی کلّ حال، تجد اللّه ربّاً کریماً علی کلّ حال... وتمام الشکر اعتراف لسان السرّ خاضعاً للّه تعالی بالعجز عن بلوغ أدنی شکره؛ لأنّ التوفیق للشکر نعمه حادثه یجب الشکر علیها، وهی أعظم قدراً وأعزّ وجوداً من النعمه التی من أجلها وفّقت له، فیلزمک علی کلّ شکر شکر أعظم منه، إلی ما لا نهایه له...»: بحار الأنوار ج 68 ص 52، جامع السعادات ج 3 ص 192.

سعی می کردم که نعمت های خدا را در راه معصیت و گناه مصرف نکنم ضمن آنکه تلاش می کردم تا با استفاده از نعمت هایی که خدا به من داده است به مردم کمک کنم.

من می دانم نمی توانم آن طور که شایسته است شکر خدا را بجا آورم، چرا که وقتی من شکر خدا را می کنم در واقع همین شکر کردن هم نعمتی از طرف خداست زیرا اگر توفیق خدا نبود من نمی توانستم این شکر را انجام دهم.

پس اگر من شکر خدا را انجام می دهم این شکر نیاز به شکر دیگری دارد، و همین طور شکر دوّم نیاز به شکر سوّمی دارد ...

پس هیچ گاه نمی توانم شکر نعمت های خدا را بجا آورم.

نفر دوّم: اسم من نرجس است، من نیز همواره به یاد نعمت هایی که خدا به من داده است هستم و تلاش می کنم که نعمت های خدا را در راه معصیت استفاده نکنم.(1)

اگر خداوند به من نعمت ارزانی داشت و به من ثروت و دارایی داد با آن زمینه گناه را برای خود و جامعه فراهم نکنم.

خداوند به من نعمت زیبایی داده است و من تلاش می کنم تا با رعایت حجاب، باعث خشنودی خدا شوم.

نفر سوّم: اسم من حمید است، من همواره به یاد نعمت هایی که خدا به من داده است می باشم و سعی می کنم شکرگزار خدا باشم.

من هرگز به نداشته هایم فکر نمی کنم بلکه همیشه به این می اندیشم که خداوند چه نعمت های زیادی به من داده است.

1- 21. . عن میسر، عن أبی عبد اللّه علیه السلام: «شکر النعمه اجتناب المحارم، وتمام الشکر قول الرجل: الحمد للّه ربّ العالمین»: الکافی ج 2 ص 95، بحار الأنوار ج 68 ص 40.

دوست من!

بیا ما هم مانند نفر اول تلاش کنیم که به یاد نعمت هایی که خدا به ما داده باشیم و همیشه زیبایی ها را در زندگی خود ببینیم و در مورد آنها فکر کنیم.

آیا می دانی وقتی به نعمت هایی که خدا به شما داده است فکر می کنید به طور ناخودآگاه نعمت های دیگر را به سوی خود جذب می کنید؟

ذهنی که همواره به زیبایی ها می اندیشد زیبایی ها را به سوی خود جذب می کند.

بیا تلاش کنیم تا نعمت های خدا را در راه طاعت و بندگی خدا به کار بگیریم و به دیگران کمک کنیم و خطاب به خدای خود این چنین بگوییم: «خدای من! من نمی توانم شکر نعمت های تو را بجا آورم. تو این اعتراف به ناتوانی در شکر کردنت را از من پذیرا باش».

ص:37

مثل من بنده شکرگزار باش

آیا «ابو حمزه ثُمالی» را می شناسی؟

او کسی است که دعای امام سجاد(ع) در سحرهای ماه مبارک رمضان را برای ما نقل کرده است.

یک روز ابو حمزه، هنگام خواندن قرآن به این آیه رسید که خداوند در مورد حضرت نوح(ع) می فرماید: (إِنَّهُ کَانَ عَبْدا شَکُورا): «او بنده شکرگزاری بود».(1)

او به فکر فرو رفت که چرا خداوند حضرت نوح(ع) را به عنوان بنده شکرگزار معرّفی می کند؟

همین سؤال را از امام باقر(ع) نمود و آن حضرت در پاسخ او فرمود: برای اینکه حضرت نوح(ع)، دعایی را هر روز، صبح و شام، سه بار می خواند.

ابوحمزه عرض کرد: آیا می شود آن دعا را به ما یاد دهید؟

1- 22. . سوره اسرا ، آیه 3 .

امام سجاد(ع) فرمود: آن دعا این است:

أَصْبَحْتُ أُشْهِدُکَ ما أَصْبَحَتْ بی مِنْ نِعْمَهٍ أَوْ عافیَهٍ فی دینٍ أَوْ دُنْیا فَإِنَّها مِنْکَ، وَحْدَکَ لا شَریکَ لَکَ.

صبح نمودم و شهادت می دهم هر نعمتی که (در دین و دنیا) دارم و همه بلاهایی که از من دور می شود، از لطف و رحمت تو است، تو آن کسی هستی که هیچ شریکی نداری.

ما باید این مثبت اندیشی زیبا را از حضرت نوح(ع) فرا بگیریم و هر روز صبح که از خواب برمی خیزیم به نعمت هایی که خدا به ما داده است فکر کنیم و شکر آنها را بجا آوریم که همین شکرگزاری باعث می شود نعمت های بیشتری را به سوی خود جذب کنیم.

ص:39

چرا از مردم تشکّر کنیم؟

صحرای قیامت است و چه غوغایی است! همه مردم سر از خاک برداشته و آماده اند تا به حساب کردار و رفتار آنها رسیدگی شود.

در این میان چشم من به یکی از دوستانم می افتد.

او را برای حسابرسی می برند، خدا او را خطاب قرار می دهد و می گوید: آیا از کسانی که به تو خوبی کردند، تشکّر نمودی؟

او در جواب می گوید: خدایا! مگر همه خوبی ها از آن تو نیست، من همواره

ص:40

شکرِ تو را می کردم، و آن چنان ذهن من مشغولِ شکرگزاری تو بود که اصلاً به غیر از تو اندیشه نداشتم. من غیر از تو کسی را نمی دیدم که بخواهم از او تشکّر کنم.

ظاهرا این دوست ما، اهل عرفان شده بود. او خیال می کرد که خدا هم این حرف ها را می پسندد!

او منتظر بود تا خداوند او را به خاطر این کارش مورد تشویق قرار دهد و مثلاً به او بگوید: چه خوب کاری کردی که به جز ما کسی را ندیدی و فقط از ما تشکّر کردی!

آیا می دانید خداوند در جواب او چه فرمود؟

این جواب خدا بود: «چون از مردم تشکّر نکردی شکر مرا هم بجا نیاوردی. مردم به تو این همه خوبی کردند و از آنها تشکّر نکردی، دلت خوش بود که به سجده می روی و هزاران بار «شکرا للّه» می گویی. من هیچ کدام از شکرکردن های تو را قبول نمی کنم برای اینکه تو به وظیفه ات عمل نکردی. چه کسی به تو گفت که آن چنان، غرقِ شکر کردن من شوی که دیگران را فراموش کنی؟ مگر کسانی که به تو کمک کردند بندگان خوب من نبودند، هر کس از مردم تشکّر کند در واقع شکر مرا بجا آورده است. من هیچ وقت از تو نخواستم تا مردم را فراموش کنی، تو وظیفه داشتی در مقابل خوبی های دیگران از آنان تشکّر کنی».

ص:41

دوست من! خداوند می خواهد ما در مقابل نیکی کردن دیگران بی تفاوت نباشیم.

وقتی که شخصی به ما نیکی می کند و ما از او تشکّر می کنیم در واقع داریم او را به انجام کارهای نیک تشویق می کنیم.

خداوند می خواهد همواره تشویق به کار خیر در جامعه اسلامی موج بزند و همه یکدیگر را با تشکّر نمودن به انجام کار خیر تشویق بنمایند.

برای همین است که خداوند تشکّر از مردم را تشکّر از خودش قرار داده است.

آری، اگر ما تشکّر از مردم را فراموش کنیم خداوند تمام شکرگزاری ما را قبول نمی کند!

همین الان کتاب را زمین بگذار و یک قلم و کاغذ بردار و لیست تمام افرادی که در زندگی به تو کمکی کرده اند یادداشت کن!

و برنامه ای بریز که از همه آنها تشکّر کنی تا خداوند از تو راضی باشد.(1)

1- 23. . عن عمّار الدُّهنی، قال: «سمعت علیّ بن الحسین علیهماالسلام یقول: إنّ اللّه یحبّ کلّ قلبٍ حزین، ویحبّ کلّ عبدٍ شکور، یقول اللّه تبارک وتعالی لعبدٍ من عبیده یوم القیامه: أشَکَرت فلاناً؟ فیقول: بل شکرتک یا ربِّ، فیقول: لم تشکرنی؛ إذ لم تشکره. ثمّ قال: أشکرکم للّه أشکرکم للناس»: الکافی ج 2 ص 99، جامع أحادیث الشیعه ج 13 ص 537؛ عن الرضا علیه السلام، قال: «مَن لم یشکر المنعم مِن المخلوقین، لم یشکر اللّه عزّ وجلّ»: عیون أخبار الرضا ج 1 ص 27، وسائل الشیعه ج 16 ص 313.

صدای اذان ظهر از مسجد رسول خدا به گوش می رسد، همه مسلمانان برای خواندن نماز به مسجد می آیند.

سلمان وضو می گیرد و به سوی مسجد می آید، در بین راه با راستگوترین فرد تاریخ، ابوذر برخورد می کند.(1)

این دو به یکدیگر علاقه زیادی دارند و وقتی یکدیگر را می بینند مثل این است که تمام دنیا را به آنها داده اند.

سلمان رو به ابوذر می کند و می گوید: آیا امروز به خانه من می آیی تا ناهار در خدمت شما باشم!

ابوذر لبخندی می زند. آنها نماز را همراه با رسول خدا می خوانند و بعد از عرض سلام و ادب خدمت آن حضرت به سوی خانه سلمان حرکت می کنند. سلمان بسیار خوشحال است چرا که امروز مهمان عزیزی دارد. او با ظرف آبی از مهمان خود پذیرایی می کند و با هم مشغول گفتگو می شوند. موقع صرف غذا می شود و سلمان سفره را پهن می کند. در میان سفره دو قرص نان است و

1- 24. . قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم: «ما أظلّت الخضراء ولا أقلّت الغبراء ذا لهجةٍ أصدق من أبی ذرّ...»: علل الشرائع ج 1 ص 176، کمال الدین ص 60، معانی الأخبار ص 178، کفایه الأثر ص 71، کتاب الغیبه للنعمانی ص 84 ، الاحتجاج ج 1 ص 224، مسند أحمد ج 5 ص 197، سنن ابن ماجه ج 1 ص 55، المستدرک للحاکم ج 3 ص 342، مجمع الزوائد ج 9 ص 329، صحیح ابن حبّان ج 16 ص 84 ، المعجم الأوسط ج 5 ص 223، شرح نهج البلاغه ج 2 ص 485، الجامع الصغیر ج 11 ص 642.

یک ظرف آب! ابوذر دست خود را به سوی نان ها می برد، آنها را از روی سفره برمی دارد و نگاه کرده و براندازی می کند. سلمان رو به ابوذر می کند و می گوید: برای چه به نان ها نگاه کردی؟

ابوذر می گوید: می خواستم ببینم آیا آنها خوب پخته شده اند یا نه؟

سلمان جواب می دهد: ای ابوذر! آیا می دانی در تهیّه شدن این نان چقدر زحمت کشیده شده است؟ آیا می دانی فرشتگان باران، رحمت خدا را نازل کردند و زمین دانه گندم را در خود پذیرا شد تا دانه گندم سبز شود. آیا می دانی چقدر رحمت و برکت خدا در این نان وجود دارد؟ آیا تو این گونه شکر نعمت خدا را می نمایی؟

ابوذر سر خود را پایین انداخته، به سخنان سلمان گوش می دهد. آری، نان محترم است و ما باید با احترام با آن برخورد کنیم.

این احترام ما به برکت خدا است که نشان دهنده شکر ما می باشد.

ابوذر می گوید: من از این کاری که انجام دادم عذرخواهی می کنم و از خداوند هم می خواهم این کار مرا ببخشاید.

دوست من! دیدید که سلمان با ابوذر چگونه برخورد کرد. اگر الآن سلمان سر سفره های ما حاضر شود چه می گوید؟ ما چقدر از نان احترام می گیریم. بی جهت نیست که برکت زندگی ما کم شده است.

شکر نعمت خدا به این نیست که به سجده برویم و صد بار «شکرا اللّه» بگوییم. شکر واقعی این است که برکت خدا را احترام کنیم و از اسراف کردن خودداری کنیم.(1)

1- 25. . عن عبد العظیم الحسنی، عن أبی جعفر الثانی، عن آبائه علیهم السلام، قال: «دعا سلمان أبا ذرّ رحمه اللّه علیهما إلی منزله، فقدّم إلیه رغیفین، فأخذ أبو ذرّ الرغیفین فقلّبهما فقال سلمان: یا أبا ذرّ، لأیّ شیء تقلّب هذین الرغیفین؟ قال: خفت ألا یکونا نضیجین، فغضب سلمان من ذلک غضباً شدیداً، ثمّ قال: ما أجرأک حیث تقلّب الرغیفین، فوَاللّه لقد عمل فی هذا الخبز الماء الذی تحت العرش، وعملت فیه الملائکه حتّی ألقوه إلی

الريح، وعملت فيه الريح حتّى ألقاه إلى السحاب، وعمل فيه السحاب حتّى أمطره إلى الأرض وعمل فيه الرعد والملائكه حتّى وضعوه مواضعه، وعملت فيه الأرض والخشب والحديد والبهائم والنار والحطب والملح وما لا أحصيه أكثر، فكيف لک أن تقوم بهذا الشكر! ؟ فقال أبو ذرّ: إلى اللّه أتوب وأستغفر اللّه ممّا أحدثت، وإليک أعتذر ممّا كرهت...»: الأمالى للصدوق ص 527، مستدرک الوسائل ج 16 ص 294، بحار الأنوار ج 22 ص 320.

ای موسی، حقّ شکرم را ادا کن!

همه می دانیم که یکی از اسم های حضرت موسی(ع)، «کلیم اللّه» است.

کلیم اللّه به معنای کسی است که با خدا سخن گفته است و خدا هم با او هم کلام شده است.

آیا موافقید یکی از سخنان خدا با حضرت موسی(ع) را بشنوید؟

خدا به او فرمود: «ای موسی! مرا شکر کن آن گونه ای که شایسته من است».

موسی مقداری به فکر فرو رفت، آخر چگونه من می توانم حقّ شکر خدا را ادا کنم.

او به یاد نعمت هایی که خدا به او داده بود افتاد، آن روز که فرعون همه فرزندان پسر را قتل عام می کرد؛ چگونه خدا جان او را نجات داده بود.

آن روز که مادرش او را در صندوقچه ای قرار داد و او را در رود نیل رها کرد، این خدا بود که او را به سلامت به ساحل نجات رهنمون ساخت.

ذهن موسی(ع) به سرعت، مهربانی های خدا را جستجو می کرد و به

موسی(ع) نشان می داد.

خداوند هزاران هزار نعمت و رحمت به موسی(ع) داده است. چه نعمتی بالاتر از آن که او اکنون هم سخن خدا شده است.

سرانجام موسی(ع) خطاب به خدا عرضه داشت: بار خدایا! من چگونه حقّ شکر تو را بجا آورم حال آنکه می دانم هر شکری که بجا آورم نعمت جدیدی است که باید شکر آن را نیز بجا آورم. من از شکر کردن تو عاجز و ناتوانم.

اینجا بود که خداوند به موسی(ع) خطاب کرد: ای موسی! اکنون که به ناتوانی خود در ادای شکر من اعتراف کردی حقّ شکر مرا بجا آوردی!

آری، هیچ کس نمی تواند حقّ شکر خدا را به جا آورد، امّا خداوند یک قانون دارد و آن این است که هر کس از صمیم دل اعتراف کند که ای خدا، من نمی توانم شکر نعمت های تو را بجا آورم، خداوند این اعتراف را به جای شکرگزاری واقعی قبول می کند![(1)]

1- 26. . عن ابن أبی عمیر، عن أبی عبد اللّه صاحب السابری فیما أعلم أو غیره، عن أبی عبد اللّه علیه السلام، قال: «أوحی اللّه عزّ وجلّ إلی موسی علیه السلام: یا موسی، اشکرنی حقّ شکری، فقال: یا ربِّ فکیف أشکرک حقّ شکرک، ولیس من شکر أشکرک به إلاّ وأنت أنعمت به علیَّ؟ قال: یا موسی، الآن شکرتنی حین علمت أنّ ذلک منّی»: الکافی ج 2 ص 98، بحار الأنوار ج 68 ص 36.

از نعمت های خدا سخن بگو

آیا می دانید در مورد هر چه فکر کنید و سخن بگویید آن را به سوی خود جذب می کنید؟

اگر همواره از بیماری و فقر سخن بگویید آن را بیشتر به سوی خود می کشانید!

حتما در زندگی خود با افرادی روبرو شده اید که همواره دم از یأس و ناامیدی می زنند و هر کجا مجال سخن بیابند منفی ها را بیان می کنند، آنها نمی دانند با این کارشان همان بدی ها را به سوی خود جذب می کنند.

امیدوارم شما از آن افرادی باشید که همواره در زندگی خود به زیبایی ها فکر کنید و در مورد آن سخن بگویید که از همین راه می توانید زیبایی ها را در زندگی خود رشد دهید.

آری، کلام تو عصایِ معجزه گر تو می باشد، تو می توانی با حرکت دادن این عصا شادمانی و ثروت را به جای اندوه و تنگدستی بنشانی!

ص:47

امروزه ثابت شده است که واژه ها با تصاویری که به همراه خود در ذهن ما ایجاد می کنند بر ضمیر ناخودآگاه ما اثر می گذارند.

ما در دنیای خارج همان را درو می کنیم که در عالم اندیشه خود کاشته ایم برای همین باید تلاش کنیم تا در ذهن خود همواره زیبایی ها را قرار دهیم و درِ زبان خود را به بدی ها باز نکنیم.

آری، تکرار کلام زیبا بر ذهن نیمه هشیار آدمی اثر می گذارد، شاید شما در ابتدا نتوانید اندیشه خود را مهار کنید که به خوبی ها بیندیشد، امّا کلام و سخن خود را می توانید در اختیار بگیرید.

همواره سعی کنید کلام زیبا به زبان آورید تا اندیشه شما هم زیبا شود آن وقت می بینی که چگونه زیبایی ها یکی پس از دیگری در زندگی شما طلوع می کند.

فکر می کنم دیگر تو با ضرورت کلام مثبت آشنا شدی و دانستی که این کلام مثبت است که باعث می شود تا زیبایی ها در زندگی تو رشد کند و به ثمر بنشیند.

اگر امروزه بشر به ضرورت کلام مثبت پی برده است، چهارده قرن قبل اسلام به ما دستور داده است که در زندگی خود از این اصل پیروی کنیم.

در همین قرآنی که ما ده ها بار آن را خوانده ایم به این اصل اشاره شده است.

به راستی ما چقدر با پیام های قرآن آشنا هستیم؟

این آیه را بخوان و در آن فکر کن:

(وَ اَمّا بِنِعمَهِ رَبِّکَ فَحَدِّث): «و از نعمت هایی که خدا به تو داده است با

مردم سخن بگو».(1)

جامعه ما چقدر نیازمند عمل نمودن به این اصل است. اگر مردم ما عادت داشتند در مورد نعمت هایی که خدا به آنها داده است، سخن بگویند آیا دیگر این همه ناامیدی و ناشکری در جامعه ما موج می زد؟

ما عادت کرده ایم از اوّل صبح که از خواب بیدار می شویم به فکر نداشته های خود باشیم و تا شب همین طور بدویم تا شاید به نداشته های خود برسیم.

امّا نمی دانیم که نداشته های ما نامحدود است و هیچ وقت تمام نمی شود!

و برای همین است که جامعه به اصطلاح اسلامی ما در عطش دنیاطلبی می سوزد!

دیگر قناعت در این جامعه یک افسانه شده و برای همین است که آرامش هم به افسانه ای بدل گشته است!

اما هنوز هم دیر نشده است!

ما می توانیم بر این حرکتی که جز تشویش خاطر برای ما ندارد خاتمه ببخشیم.

بیایید تصمیم بگیریم به حرف قرآن گوش فرا دهیم!

از اوّل صبح تا آخر شب فقط در مورد نعمت هایی که خدا به ما داده است فکر کنیم و سخن بگوییم.(2)

اگر در خانه همسر مهربانی داریم که به ما عشق می ورزد، اگر فرزندان

1- 27. . سوره ضحی، آیه 11 .
2- 28. . عن فضل البقباق قال: «سألت أبا عبد اللّه علیه السلام عن قول اللّه عزّ وجلّ: «وَ أَمَّا بِنِعْمَهِ رَبِّکَ فَحَدِّثْ»؟ قال: الذی أنعم علیک بما فضّلک

وأعطاک وأحسن إلیک، ثمّ قال: فحدّث بدینه وما أعطاه اللّه، وما أنعم به علیه»: الکافی ج 2 ص 94، بحار الأنوار ج 78 ص 28، نور الثقلین ج 5 ص 601.

سالمی داریم، اگر بدن سالمی داریم و ... در مورد اینها فکر کنیم و سخن بگوییم.

جالب این است که چون زبان خود را به ذکر نعمت های خدا باز کنی طبق قانون جذب، نعمت های دیگر را به سوی خود می کشانی و برای همین می بینی که برکت زندگی تو زیاد و زیادتر شد.

آری، این یکی از راه های شکرگزاری است که تو در مورد نعمت هایی که خدا به تو داده است سخن بگویی!

تازه این طوری عشق و محبّت تو به خدا هم زیاد و زیادتر می شود، چرا که وقتی که نعمت های خدا را یادآوری می کنی به طور ناخودآگاه به روح خود این پیام را می دهی که خدا چقدر در حقّ من مهربانی کرده است و همین باعث می شود که تو خدا را از صمیم قلب دوست داشته باشی!

و به راستی در این دنیا چه چیز قیمتی تر از دوستی با خدا است؟

آری، با این یادآوری نعمت ها، محبّت به خداوند متعال در دل شما جوانه می زند و با استمرار این کار فکری، این جوانه تبدیل به درختی پربار می شود و هر لحظه میوه معاشقه با خدا بر این درخت به ثمر می نشیند.

رسول خدا فرمودند: «خداوند به حضرت داوود(ع) وحی کرد: ای داوود! کاری کن که مردم مرا دوست داشته باشند. و داوود(ع) چنین عرضه داشت: چگونه مردم را به سوی محبّت تو دعوت کنم؟

خطاب رسید: نعمت های من را برای مردم یاد آوری کن، زیرا هرگاه تو مردم را به یاد نعمت های من بیندازی، آنان به من محبّت خواهند ورزید». (1)

آری، چقدر زیبا است انسان ساعتی بنشیند، با خود خلوت کند و یاد نعمت های خدا کند.(2)

1- 29. . قال اللّه لداوود: «احبّنی وحبّبنی إلی خلقی... اذکر أیادیّ عندهم ، فإنّک إذا ذکرت ذلک لهم أحبّونی»: بحار الأنوار ج 14 ص 37 ج 67 ص 22 ، نقلاً عن قصص الأنبیاء للشیخ الصدوق.
2- 30. . «التفکّر فی آلاء اللّه نعم العباده»: عیون الحکم والمواعظ ص 29.

مشرکان مکّه مسلمانان را اذّیت و آزار می نمودند و آنها را با انواع شکنجه ها عذاب می دادند.

پیامبر دستور دادند تا عدّه ای از مسلمان به رهبری جعفر طیّار -برادر حضرت علی- به کشور حبشه مهاجرت کنند. نجاشی پادشاه حبشه بود و مذهب رسمی آن کشور مسیحیّت بود.

پادشاه حبشه از مسلمانان پذیرایی کرد و به آنان محبّت زیادی نمود و تا زمانی که آنها در کشور او حضور داشتند از هیچ همیاری و همکاری با آنان دریغ ننمود.

یک روز جعفر طیّار برای دیدن نجاشی به سوی قصر او حرکت نمود.

به نجاشی خبر دادند که جعفر طیّار می خواهد به حضور شما بیاید.

نجاشی دستور داد تا جعفر را به خدمت او راهنمایی کنند.

وقتی که جعفر وارد قصر شد، صحنه ای را دید که بسیار تعجّب کرد.

دفعات قبل که جعفر خدمت نجاشی می آمد او را بر روی تخت پادشاهی می دید در حالی که لباس های شاهانه به تن داشت و تاج گران قیمتی بر سر او بود.

اما امروز نجاشی را می بیند که لباس ساده ای به تن کرده و بر روی زمین نشسته است و آن تاج گران قیمت را بر سر ندارد. جعفر عرض سلام و ادب نمود و در گوشه ای متحیّر ایستاد.

نجاشی چون تعجّب جعفر را دید به او رو کرد و گفت: «در کتاب آسمانی ما آمده است که هر گاه خدا نعمتی به بنده ای داد باید شکر آن را بجا آورد و هیچ شکرگزاری همانند تواضع و فروتنی نیست. دیشب به من خبر رسیده است که محّمد در جنگ بر مشرکان پیروز شده است. پیروزی لشکر خداپرستان نعمتی بود که باعث خوشحالی من شد و من باید شکر این نعمت را بجا می آوردم، برای همین امروز من لباس شاهانه نپوشیده و بر روی زمین نشسته ام تا خدای خویش را با تواضع و فروتنی شکر کنم». (1)

دوست من!

این داستان زیبا را امام صادق(ع) برای ما نقل کرده است تا ما هم از پادشاه حبشه درس بگیریم و با تواضع و فروتنی در مقابل مردم، شکرگزار نعمت های خدا باشیم.

آری، اگر روزی و روزگاری مقام تو بالا رفت و به پست و ریاستی رسیدی

1- 31. . الإمام الصادق علیه السلام: «لمّا قدم جعفر بن أبی طالب من الحبشه، قال لرسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم: أُحدّثک یا رسول اللّه، دخلت علی النجاشی یوماً من الأیّام وهو فی غیر مجلس المُلک وفی غیر ریشه وفی غیر زینه، قال: فحییته بتحیّه الملک، وقلت: یا أیّها الملک، ما لی أراک فی غیر مجلس الملک؟.. . فقال: أنا نجد فی الإنجیل: مَن أنعم اللّه علیه بنعمهٍ فلیشکر اللّه، ونجد فی الإنجیل أنّه: لیس من الشکر للّه یعدله مثل التواضع، وأنّه ورد علیّ فی لیلتی هذه أنّ ابن عمّک محمّد قد أظفره اللّه بمشرکی أهل بدر، فأحببت أن أشکر اللّه بما تری»: کتاب

الزهد ص 57، مستدرک الوسائل ج 11 ص 301، بحار الأنوار ج 18 ص 421.

بدان که شکر این نعمت این است که دچار غرور نشوی و در مقابل مردم متواضع باشی.

اگر پست و مقام داری و با زیردست خود با تکبّر و غرور برخورد کردی، بدان که کفران نعمت کرده ای و خداوند چه زود این پست را از تو می گیرد.

امّا اگر با همه با تواضع روبرو شدی و به درد دل مردم گوش فرا دادی بنده شکرگزار و خوب خدا هستی!

ص:54

بهترین برنامه شکرگزاری

هیچ چیز برای شکرکردن نعمت های خدا همانند این نیست که در مقابل عظمت خدا به سجده بروی و از او تشکّر کنی.

آیا شما با برنامه شکرگزاری امام رضا(ع) آشنا هستید؟

آیا می دانید که آن حضرت برای خود برنامه ویژه ای داشتند و هر روز آن را انجام می دادند؟

امیدوارم همه ما بتوانیم مانند امام رضا(ع) این برنامه را انجام دهیم و بهترین شکرگزار نعمت های خدا باشیم.

شما اگر یک ماه به این برنامه عمل کنی آرامشی بس بزرگ در وجود خود خواهی یافت ضمن آنکه زمینه زیاد شدن نعمت های خدا را برای خود فراهم کرده ای.

اما برنامه شکرگزاری امام رضا(ع) به این صورت بود:

بعد از نماز ظهر امام رضا(ع) به سجده شکر می رفت و صد بار این ذکر را

تکرار می کرد: «شکرا للّه»!

بعد از نماز عصر نیز امام به سجده می رفت و صد بار «حمدا للّه» را تکرار می کرد.(1)

اگر ما بعد از هر نماز واجب به سجده برویم و از خداوند تشکّر کنیم می توانیم مهربانی خدا را به سوی خود جذب کنیم.

وقتی که تو به سجده می روی، در حالت تمرکز قرار می گیری و ذهنت فقط به زیبایی ها می اندیشد!

تو شکر خدا به زبان می آوری و کامپیوتر ذهن تو به دنبال آن نعمت هایی می گردد که خدا به تو ارزانی داشته است.

نعمت هایی که خدا به تو داده است از مقابل ذهن تو عبور می کنند و تو شکر همه آنها را بجا می آوری!

خدا به تو تن سالم داده، نیروی فکر به تو عنایت کرده است که با آن می توانی کارهای بزرگی انجام دهی، به تو ایمان به خودش را ارزانی داشته است و محبّت به خودش را در قلبت قرار داده است!

آیا اینها جای شکرگزاری ندارد!

هنوز تو در سجده ای و می خواهی همانند امام رضا(ع) صد بار از خدا تشکّر کنی، و آرام و شمرده می گویی: «شکرا للّه».

خدایا من از تو ممنونم.

و چون صد بار این ذکر را گفتی و سر از سجده برداشتی دیگر زندگی خود را جور دیگری می بینی.

1- 32. . عن رجاء بن أبی الضحّاک: «إن الرضا علیه السلام کان یسجد بعد الفراغ من تعقیب الظهر سجده یقول فیها مئه مرّه: شکراً للّه، وبعد الفراغ من تعقیب العصر سجده یقول فیها مئه مرّه: حمداً للّه، وکان یسجد بعد

تعقيب المغرب وبعد تعقيب العشاء، وكان إذا أصبح صلّى الغداه، فإذا سلّم جلس فی مصلاّه يسبّح اللّه ويحمده ويكبّر اللّه ويهلّله، ويصلّى على النبىّ صلّى اللّه عليه وآله حتّى تطلع الشمس، ثمّ يسجد سجده يبقى فيها حتّى يتعالى النهار»: عيون أخبار الرضا ج 1 ص 194، بحار الأنوار ج 83 ص 219. جهت اطلاع بيشتر در مورد سجده شكر مراجعه كنيد: الخلاف ج 1 ص 427، المعتبر ج 2 ص 272، ذكرى الشيعه ج 3 ص 465، تذكره الفقهاء ج 1 ص 125، جامع المقاصد ج 2 ص 317، غنائم الأيّام ج 3 ص 100.

تو دیگر مثبت بین و مثبت اندیش شده ای. دیگر فقط به داشته های خود می اندیشی.

دیگر زندگی خود را با زندگی دیگران مقایسه نمی کنی، تو چشم خود را به روی آن همه نعمتی که خدا به تو داده است باز می کنی!

خواننده عزیز!

از شما می خواهم ساعتی با خود خلوت کنی و به نعمت هایی که خدا به تو داده است فکر کنی.

آیا می دانید که در ریه های شما، حدود 750 میلیون بادکنک کوچک وجود دارند که همواره از هوا پر و خالی می شوند و اکسیژن را به خون می رسانند؟

اگر قیمت هر کدام از آنها را 10 تومان حساب کنید (در حالی که بشر با تمام پیشرفت های خود حتی از ساختن یکی از آنها عاجز است)، در همین سینه شما، 5/7 میلیارد تومان سرمایه وجود دارد.

آیا اطلاع دارید که در خون شما 30 هزار میلیارد سرباز سرخ پوش (گلبول های قرمز) وجود دارند که نقش خدمتگزارانی صمیمی را ایفا می کنند و اکسیژن را که مایه حیات سلول های بدن ما می باشد از ریه به سلول ها می رسانند و گاز کربنیک را که یک ماده کشنده و سمّی است، از آنها گرفته و به ریه ها می آورند تا به این وسیله هوای تنفسی به خارج بدن دفع شود؟

در مدت 30 ثانیه این گلبول های قرمز به تمام سلول های بدن سرکشی می کنند و با جدّیت و نظم، وظیفه خود را انجام می دهند؛ یعنی هم به سلول ها غذا می رسانند و هم نقش یک سازمان نظافت را در بدن ایفا می کنند.

عجیب است که روزانه 200 میلیارد از این سربازان سرخ پوش در راه انجام وظیفه خود فدا می شوند و برای این که در این سازمان خدمت رسانی، خللی ایجاد نشود معادل همین مقدار، هر روز تولید می شود.

آیا می دانید که در خون شما 50 میلیارد سرباز سفیدپوش (گلبول های سفید) نیز وجود دارد که در بدن شما نقش یک ارتش مجهّز را بازی می کنند و به همه قسمتهای بدن شما سر می زنند و هرگاه نقطه ای از بدن شما مورد هجوم میکروب ها قرار بگیرد این سربازان به مقابله با میکروب ها برمی خیزند و در راه سلامت بدن شما تا سر جان فداکاری می کنند. به راستی اگر این سربازان مدافع نبودند، سلامت بدن ما در مقابل هجوم میکروب ها به خطر می افتاد.

تازه اینها ذرّه ای از نعمت های بی شماری است که خدا به ما داده است و ما کمتر به آنها فکر می کنیم.

پس بیایید زبان به شکر این خالق حکیم بگشاییم و اگر فرصت گفتن صد باره این ذکر را نداریم، می توانیم با سه بار گفتن ذکر «شکرا للّه» در سجده شکرگزاری خود را به نمایش بگذاریم.(1)

1- 33. . عن علی بن الحسن بن فضّال، عن أبیه، عن أبی الحسن الرضا علیه السلام قال: «السجده بعد الفریضه شکر للّه تعالی علی ما وفّق له العبد من أداء فرضه، وأدنی ما یُجزی فیها من القول أن یقول: شکراً للّه، شکراً للّه، شکراً للّه، ثلاث مرّات»: علل الشرائع ج 2 ص 360، وسائل الشیعه ج 7 ص 6.

آیا می خواهید خدا از شما تشکّر کند؟

همه جمعیّت با تعجّب به من نگاه کردند، مثل این که حرف تازه ای را شنیده بودند.

یکی از وسط جمعیّت رو به من کرد و گفت: وظیفه ما است که از خداوند به خاطر این همه نعمتی که به ما داده است تشکّر کنیم، خدا که نباید از ما تشکّر کند.

من در جواب گفتم: من باور دارم که خدا هم از بندگان خود تشکّر می کند.

من کاری می شناسم که اگر شما آن را انجام دهید خدا از شما تشکّر می کند.

همه جمعیّتی که در مسجد بودند، با دقّت به سخنانم گوش می دادند و منتظر بودند تا من سخن خود را کامل کنم.

وقتی که آمادگی کامل در مردم ایجاد شد این سخن امام صادق(ع) را برای آنها خواندم: وقتی که بنده ای نماز می خواند اگر بعد از نماز به سجده شکر رود و در سجده از خداوند تشکّر کند، خداوند همه پرده ها و حجاب ها را بین آن

بنده و فرشتگان آسمان برمی دارد.

فرشتگان آسمان ها نگاه می کنند و آن بنده را می بینند که در روی زمین در سجده است و از خداوند تشکّر می کند.

اینجا است که خداوند با ملائکه سخن می گوید: ای فرشتگان! به بنده من نگاه کنید که نماز خود را خوانده و اکنون در سجده شکر است و به خاطر نعمت هایی که به او داده ام از من تشکّر می کند.

ای فرشتگان، به نظر شما من چه چیزی به این بنده خود بدهم؟

فرشتگان مقداری فکر می کنند و در پاسخ می گویند: خدایا رحمت و مهربانی خود را بر او نازل کن!

خداوند می گوید: بعد از آن چه چیزی به او بدهم؟

فرشتگان می گویند: بهشت خود را به او ارزانی دار و حاجت های او را برآورده کن!

خداوند می گوید: دیگر چه چیزی به او عنایت کنم؟

فرشتگان فکر می کنند و هر چه از خوبی و کمال است می گویند و به زبان می آورند.

پس از آن خداوند دوباره سؤال می کند: دیگر چه چیزی به بنده ام عنایت کنم؟

فرشتگان گیج می شوند، آنها هر چه خوبی می دانستند ذکر کرده اند، دیگر هیچ چیز به ذهن آنها نمی رسد!

هر چه خوبی بود که آنها گفتند، دیگر چه چیز خوبی هست که آنها نگفته

باشند.

برای همین در جواب می گویند: خدایا ما نمی دانیم.

خداوند چون این را از فرشتگان می شنود رو به آنها می گوید: من می خواهم چیزی به او بدهم که بالاتر از همه این چیزهایی است که شماگفته اید.

به راستی خدا به بنده خود چه چیزی می خواهد بدهد که از همه بهشت و از همه خوبی ها بالاتر و بهتر است؟

همه فرشتگان منتظرند ببینند خداوند چه چیزی را به بنده خود می دهد که آن را نمی شناسند و از آن خبر ندارند.

و خداوند به فرشتگان می فرماید: ای فرشتگانم! من تشکّر خودم را به بنده خود می دهم، من از بنده خود تشکّر می کنم همانطور که او از من تشکّر کرد.(1)

همه فرشتگان در تعجّب می مانند. خدایی که عظمت و جلال او قابل تصوّر نیست از بنده خود تشکّر می کند.

این همان چیزی است که عقل فرشته ها به آن نمی رسید. آنها باور نمی کردند که خداوند از بنده خود تشکّر کند.

چون آنها هم خدا را آن طور که باید بشناسند نمی شناسند. آنان نمی دانستند که خدای ما این قدر بزرگوار و آقا باشد.

پس یادت نرود، هر گاه نمازت تمام شد به سجده شکر برو و از خدا تشکّر کن تا خدا هم از تو تشکّر کند.

1- 34. . عن مرازم، عن أبی عبد اللّه علیه السلام، قال: «سجده الشکر واجبه علی کلّ مسلم، تتمّ بها صلاتک، وترضی بها ربّک، وتعجب الملائکه منک، وأنّ العبد إذا صلّی ثمّ سجد سجده الشکر، فتح الربّ تعالی الحجاب بین العبد وبین الملائکه، فیقول: یا ملائکتی، انظروا إلی عبدی أدّی فرضی

وأتمّ عهدی ثمّ سجد لی شکراً علی ما أنعمت به علیه، ملائکتی! ماذا له؟ قال: فتقول الملائکه: یا ربّنا رحمتک، ثمّ یقول الربّ تبارک وتعالی: ثمّ ماذا له؟ فتقول الملائکه: یا ربّنا جنّتک، فیقول الربّ تبارک وتعالی: ثمّ ماذا؟ فتقول الملائکه: یا ربّنا کفایه مُهمِّه، فیقول الربّ تبارک وتعالی: ثمّ ماذا؟ قال: فلا یبقی شیء من الخیر إلاّ قالته الملائکه، فیقول اللّه تبارک وتعالی: یا ملائکتی ثمّ ماذا له؟ فتقول الملائکه: یا ربّنا لا علم لنا، قال: فیقول اللّه تبارک وتعالی: أشکر له کما شکر لی، وأقبل إلیه بفضلی وأریه وجهی»: کتاب من لا یحضره الفقیه ج 1 ص 333، تهذیب الأحکام ج 2 ص 110، مکارم الأخلاق ص 286، مستند الشیعه ج 5 ص 396، مجمع الفائده ج 2 ص 321، بحار الأنوار ج 83 ص 205.

حیفم آمد که در این کتاب قصّه یکی از سجده های پیامبر را برای شما خواننده خوب بیان نکنم.

یکی از یاران پیامبر می گوید: یک روز که حضور پیامبر بودم، دیدم که ایشان پنج سجده پشت سر هم انجام دادند.

من در فکر فرو رفتم که علّت این سجده های پنجگانه چه بود.

رو به آن حضرت کردم و گفتم: ای رسول خدا، آیا می شود به من بگویید که علّت این سجده های شما چه بود؟

پیامبر لبخندی زده و فرمودند: «الآن جبرئیل بر من نازل شد و به من این چنین گفت: ای محمّد! آگاه باش که خدا علی را دوست می دارد. من با شنیدن این سخن به سجده رفتم تا شکر خدا را کرده باشم. چون سر از سجده برداشتم، دیدم هنوز جبرئیل کنارم ایستاده است و به

من فرمود: خدا فاطمه را هم دوست دارد.با شنیدن این سخن خوشحال شدم و به سجده رفتم تا شکر آن را بجا آورم. چون سر از سجده برداشتم جبرئیل گفت: خدا حسن را دوست دارد. به سجده شکر رفتم و چون سر از سجده برداشتم، جبرئیل گفت: خدا حسین را دوست دارد.

به سجده رفتم و چون سر از سجده برداشتم جبرئیل به من گفت ای محمد! خدا دوستان خاندان تو را نیز دوست دارد. اینجا بود که من برای بار پنجم به سجده رفتم تا شکر خدا را بجا آورم».(1)

دوست من! چه خوب است وقتی ما هم وقتی که خبر خوبی را می شنویم، مانند پیامبر به سجده برویم و شکر خدا را به جا آوریم.

1- 35. . سجدت خمس سجدات لیس فیهما رکوع، قال: أتانی جبرئیل فقال: یا محمّد انّ اللّه یحبّ فاطمه...: الکامل لابن عدی ج 4 ص 264.

در زندگی به چه کسی نگاه کنم!

هر کدام از ما در زندگی داشته هایی داریم که اگر به آنها توجّه پیدا کنیم زندگی برای ما دلنشین می شود.

حتما تو هم با من هم عقیده هستی که در زندگی، چیزهای فراوانی وجود دارند که می توانیم به خاطر آنها زندگی بانشاطی داشته باشیم.

فقط یک چیز هست که باعث می شود ما هرگز در زندگی روی شادمانی را نبینیم.

وقتی که به زندگی افرادی نگاه می کنیم که ثروت آنها بیش از ما است؛ دیگر نعمت های خود را فراموش می کنیم و در حسرت زندگی دیگران عمر خود را تباه می کنیم و آرامش و شادمانی را بر خود حرام می کنیم.

دوست من! شما زندگی خود را با چه افرادی مقایسه می کنید؟

آیا شما هم زندگی خود را با زندگی افرادی مقایسه می کنید که ثروت و دارایی بیشتری دارند؟

ص:64

وقتی شما به زندگی دیگران توجّه پیدا می کنی و حسرت می خوری در واقع کنار پنجره زندگی خود ایستاده ای امّا پشت به زندگی خود و رو به بیرون!

آیا تو می توانی آنچه را به آن پشت کرده ای ببینی؟

هرگز! تو روی داشته های دیگران تمرکز کرده ای و برای همین اندوه را برای خود خریداری می کنی و دیگر نمی توانی شکرگزار خدا باشی.(1)

حسرت، افسردگی و حسادت نتیجه این نوع نگاه است، وقتی که تو به برتری های دیگران چشم دوخته ای، روح و روانت به دنبال آن کشیده می شود و بعد از آن، نسبت به دیگران حسادت می ورزی و زندگی را بر خودت سخت می کنی.

امّا اگر در زندگی به آنانی نگاه کنی که ثروت کمتری نسبت به شما دارند همواره در شادکامی خواهی بود.

پیامبر اسلام به ابوذر دستور می دهد تا در زندگی به کسانی نگاه کند که ثروت و دارایی کمتر از او دارند.(2)

در این صورت است که نقاط مثبت زندگی خود را به وضوح می توانی ببینی و شکرگزاری تو از خدا بیشتر می شود و خدا را هم بیشتر دوست خواهی داشت.

گاهی نعمت های زیادی در زندگی ما و در کنار ما هستند ولی باز ما احساس بدبختی می کنیم، چون از وجود آنها خبر نداریم، بیایید این نعمت ها را بار دیگر پیدا کنیم و آن موقع است که شکرگزار واقعی خدا خواهیم بود.

حضرت علی(ع) می فرمایند: «به کسانی که نعمت های آن ها کمتر از توست بسیار نگاه کن، این باعث می شود تا همواره شکر خدا را به جا آوری».(3)

1- 36. . «إيّاكم أن ص تمدّوا أطرافكم إلى ما فى أيدى أبناء الدنيا، فمن مدّ طرفه إلى ذلک، طال حزنه...»: مستدرک وسائل الشيعه ج 8 ص 337 الرقم 17 ، بحار الأنوار ج 72 ص 367 باب 81 أحوال الملوک والأُمراء .
2- 37. . أبو ذرّ: «أوصانى رسول اللّه بسبعٍ: أن أنظر إلى مَن هو دونى ولا أنظر إلى من هو فوقى ، وأوصانى بحبّ المساكين والدنوّ منهم ، وأوصانى أن أقول الحقّ وإن كان مرّاً ، وأوصانى أن أصل رحمى وإن أدبرت ، وأوصانى أن لا أخاف فى اللّه لومه لائم ، وأوصانى أن أستكثر من قول : لا حول ولا قوّه إلاّ باللّه العلىّ العظيم ؛ فإنّها من كنوز الجنّه»: الخصال ج 2 ص 345.
3- 38. . الإمام علىّ عليه السلام: «وأكثر أن تنظر إلى من فُضِّلت عليه؛ فإنّ ذلک من أبواب الشكر»: بحار الأنوار ج 33 ص 508.

پس اگر می خواهی همواره بنده شکرگزار خدا باشی از این دستورالعمل مولای خویش پیروی کن تا خداوند هم، به وعده خود وفا کند و نعمت های خود را بر تو زیاد و زیادتر کند.

ص:66

یکی از نکات مهم در زندگی این است که شما از هر چه شکرگزاری کنید آن را افزایش می دهید.

کلامی که نمایانگر شکرگزاری شما باشد نیروهای ذهنی و جسمی ویژه ای را در شما آزاد می کند و شما با استفاده از همین نیروها می توانید به اهداف خود برسید.

من در اینجا به شما قول می دهم که اگر اندیشه و گفتار شما سرشار از شکرگزاری باشد سلامت و شادابی زیادتری را تجربه خواهید نمود.

آری، به هر چه در زندگی خود توجّه پیدا کنید باعث افزایش آن می شوید، اگر به سختی ها توجّه کنید آنها را در زندگی خود بزرگ می کنید.

هرگاه احساس کردید که دارید وسوسه می شوید تا در مورد ناراحتی های خود سخن بگویید، به یاد بیاورید که خودتان دارید باعث رشد آن ناراحتی ها می شوید!

پس نگاهی به زندگی خود بکنید و نعمت هایی که خدا به شما داده است را به یاد آورید و به شکرگزاری آنها مشغول شوید و با خود این سخنان را تکرار کنید: «من برای این نعمت ها که خدا به من داده است شکرگزارم. از این که خداوند مهربان این همه در حقّ من لطف کرده است شادمانم».

امروزه عدّه ای از پزشکان معتقدند با شکرگزاری می توان به درمان همه بیماری ها پرداخت و تصریح می کنند که شکرگزاری از پریشانی می کاهد و بیماری را درمان می کند.

شاید شنیدن این جریان برای شما جالب باشد: جوانی مبتلا به بیماری سل شده بود، و برای درمان خود به راه های مختلفی متوسّل شد، امّا جواب نگرفت.

این جوان از قدرت شفابخش شکرگزاری آگاه شد و فهمید که آنچه باعث این بیماری او شده، همان انتقادها و بدبینی های او بوده است.

برای همین او تصمیم گرفت بر خلاف گذشته همه چیز و همه کس را تحسین کند و شکرگزار همه نعمت های خدا باشد.

این جوان بعد از مدّتی سلامتی خود را به طور کامل به دست آورد.(1)

دوست من! هیچ گاه قدرت شکرگزاری را کم نگیرید. تنها شاه کلید زندگی بانشاط همین شکرگزاری می باشد.

شکرگزاری پادزهر همه ناخوشی های دنیا است، سعی کنید از صبح تا شام، در لحظه لحظه زندگیتان، شکر گزار و حق شناس باشید.

فقط در این صورت است که شادابی و آرامش از آن شما خواهد بود و همه،

1- 39. . قانون شفا، کاترین پاندر، ترجمه گیتی خوشدل، ص 78، انتشارات روشنگران و مطالعات زنان، 1385، تهران.

حسرت آن نشاط درونی شما را خواهند خورد.

آن خوشبختی و آرامشی که مردم به دنبال آن می گردند در مال و ثروت دنیا نیست. آیا شما می دانید آن خوشبختی گمشده کجا است؟

من می دانم آن خوشبختی را باید کجا پیدا کنیم. خوشبختی واقعی در ذهن من و تو است، وقتی به زندگی خود به گونه ای دیگر نگاه کنیم.

بیایید خوبی ها و زیبایی های زندگی خود را ببینیم و شکرگزار خدای مهربانی باشیم که این زیبایی ها را به ما ارزانی داشته است.

شاید برای شما جالب باشد که در معنای کلمه «شکر» این چنین گفته اند: شکر این است که انسان نعمتی که خدا به او داده است در ذهن خود تصوّر کند و به یاد آورد.

آری، وقتی تو آن نعمت هایی را که خدا به تو داده است در ذهن خود یادآوری می کنی، شکر خدا را بجا آورده ای.(1)

البته بهتر است که در شکر کردن به همین مرحله اکتفا نکنی بلکه با زبان هم شکر خدا بگویی و در عمل هم با کمک کردن به دیگران شکر خود را کامل کنی.

1- 40. . الشکر: تصوّر النعمه...»: مفردات غریب القرآن للراغب ص 265.

برای تحوّل در زندگی خود اقدام کن!

آیا شما می خواهید که زندگی خود را متحوّل کنید؟

شما فکر می کنید برای این کار باید از کجا شروع کنید؟

یک قلم و کاغذ بردار و تمام نعمت هایی را که خدا به تو داده است لیست کن!

من از تو می خواهم قبل از نوشتن پنجاه نعمت، قلم را به زمین نگذاری.

وقتی این کار را انجام دادی به سجده برو و خدا را به خاطر این همه نعمتی که به تو داده است شکر کن.

وقتی که تو سر از سجده برمی داری، شاهد یک تغییر در نحوه فکر کردن خود خواهی بود.

آری، قبل از این تمرین، حواس تو بیشتر متوجّه آن چیزهایی بود که نداشتی و بیشتر به مشکلات خود فکر می کردی!

امّا با انجام این تمرین احساس دیگری داری، چرا که تو دیگر به سوی مثبت بینی حرکت کرده ای، پس همین حالا به خاطر این نعمت های زیبایی که خدا به تو داده است، خدا را شکر کن.

خوب من!

ص:70

باور کن هر چه را درباره اش فکر کنیم و به خاطر آن شکرگزاری کنیم همان را به سوی خود جذب می کنیم.

سعی کن صبح که می خواهی به سر کار خود بروی از صمیم دل از خدا شکرگزاری کنی.

تو باید روز جدید خود را با احساس قدردانی از خدا آغاز کنی و از این طریق، آن روز به خوبی را کنترل کنی.

هیچ راهی قدرتمندتر از این نیست که روز خودت را این گونه شروع کنی، چرا که تو روز زیبایی را برای خود خلق می کنی!

بدون احساس سپاس و قدردانی از چیزهایی که داری نخواهی توانست چیزهای جدیدی را به زندگی خود جذب کنی.

بزرگان تاریخ افرادی بودند که با راز شکرگزاری آشنا بوده اند و با استفاده از همین راز توانستند موفّقیّت و خوشبختی را به آغوش کشند.

تو هم تلاش کن تا از این راز، کمال استفاده را بکنی و با شکرگزاری به سوی سعادت رهنمون شوی.

وقتی که تو شکرگزار نیستی و از نداشته های خود شکایت به زمین و زمان می کنی در واقع احساسات منفی به سرتاسر دنیا می فرستی!

و این احساسات منفی هم فقط می توانند منفی ها را به سوی تو جذب کنند.

امّا وقتی که تو خدا را به خاطر همه نعمت هایی که به تو داده است شکر می کنی در واقع احساسات مثبت و زیبا را به تمام دنیای پیرامون خود می فرستی و به همین خاطر است که می توانی زیبایی ها و خوبی ها را به سوی خودت جذب کنی.

هر که بیشتر شکر می کند، زرنگ تر است!

اگر شما بتوانید از لحظه لحظه زندگی خود بهترین استفاده را بکنید، شکرگزار خدا هستید.

آیا می دانید وقتی که شکرگزاری برنامه هر روز شما شد، دیگر خود را در دنیا تنها و درمانده نخواهید یافت بلکه در هر لحظه خود را با تمام هستی، در ارتباط خواهید دید.

باید باور کنیم که لذّت بردن از زندگی این است که نعمت هایی را که داریم قدردانی کنیم و نسبت به چیزهایی که نداریم ناسپاس نباشیم.

ما باید یاد بگیریم که برای رسیدن به آرزوهای خود تلاش کنیم و با توکّل به خدا، رسیدن به آنها را نزدیک ببینیم.

شکرگزاری یک تمرین دائمی است که در آن می کوشید تا با تمام دنیا ارتباط برقرار کنید، زیبایی ها را ببینید و از آنها لذّت ببرید.

شکرگزاری، نمادی از ارتباط ذهن با معنویات می باشد هر قدر که ارتباط

شما با ارزش های اخلاقی قوی تر باشد حسّ شکرگزاری نیز در شما قوی تر خواهد بود.

خوب من!

شکرگزاری، قدردانی و ابراز لذّت و رضایت از تمام چیزهایی است که به ما ارزانی شده است.

و تو با ارسال انرژی مثبت به سوی نعمت هایی که داری، نعمت های بیشتری از تمام چیزهای خوب را به سوی خود جذب می کنی.

کسی که به طور مداوم برای سلامتی خود و نزدیکانش شکرگزاری می کند، سلامتی بیشتری در انتظارش خواهد بود، شکرگزاری برای مال و دانش و ... باعث زیاد شدن آنها خواهد شد.

بدانید که ممکن نیست چیزی به زندگی شما افزوده شود، در حالی که نسبت به آنچه دارید ناسپاس باشید!

آیا می دانید چرا؟

زیرا وقتی شما ناسپاسی می کنید احساساتی که به دنیای اطراف خود مخابره می کنید تماما منفی هستند.

این احساسات نمی توانند مقدار بیشتری از آنچه را که می خواهید به سوی شما بیاورند، بلکه مانع می شوند تا خیر و برکت به سوی شما بیاید.

شما با شکرگزاری و تکرار مداوم آن، خیر و برکت را به سوی خود سرازیر می کنید.

شکرگزاری، چکیده ایمان و اعتقاد راستین بشر به صورت کاربردی است.

اگر حسّ شکرگزاری در وجود شما نهادینه شود، شاهد خیر و برکت زیادی در زندگی خود خواهید بود.

اگر شما به دنبال طول عمر و سلامتی بیشتر هستید، با شکرگزاری می توانید به آنها برسید.

تحقیقات دانشمندان نشان می دهد که شکرگزاری میتواند بر طول عمر آدمی اضافه کند، ضمن آنکه شکرگزاری باعث می شود، فعالیّت دستگاه پاراسمپاتیک افزایش یافته و بسیاری از بیماری های قلبی و صعب العلاج درمان شوند.

ص:74

آیا از فیلتر ذهن خود خبر دارید؟

مغز انسان با دقّت و نظم خاصی به کنترل تمام دستگاه های بدن می پردازد و بزرگترین کامپیوترها در مقابل عظمت مغز انسان، چیزی نیستند.

در روز میلیون ها اطلاعات وارد مغز ما می شود و جالب است بدانید که مغز ما هر چه را که تغییر نکند و تازگی نداشته باشد، فیلتر می کند.

آیا تا به حال دقّت کرده اید که خوبی های زندگی معمولاً تغییر نمی کنند و آن تازگی لازم را ندارند، برای همین در ذهن ما فیلتر می شوند.

الان آیا دست و پای سالمی را که داری حاضری با تمام دنیا عوض کنی؟

گوش تو با دقّت می شنود، چشم تو با دقّت می بیند، قلب تو با دقّت کار می کند!

اینها سرمایه های بزرگ زندگی تو هستند، امّا چون تازگی ندارند قدر آنهارا نمی دانی!

آری، چون سلامتی برای ما تازگی ندارد کمتر متوجّه آن می شویم!

ص:75

ذهن ما پیام هایی که تازه نباشد را حذف می کند، چرا که ذهن برای کنترل سیستم بدن نیاز ندارد که مدام به پیام سلامتی قلب و چشم و گوش توجّه کند.

یادت می آید وقتی تازه ماشین خریده بودی چقدر خوشحال بودی و احساس خوشبختی می کردی، امّا بعد از یک ماه، دیگر ماشین آن تازگی خود را از دست داد و برای همین دیگر پیام «من ماشین دارم» توسّط ذهن تو فیلتر شد و تو دوباره به دنبال چیز جدیدی رفتی تا به تو احساس خوشبختی بدهد.

دوست خوبم! بدان اگر همه دنیا را هم داشته باشی بعد از مدّتی برای تو عادی می شود و آن وقت به دنبال چیز دیگری می گردی!

بالاخره باید یک روز به این نکته برسی که تا کی می خواهی به دنبال نداشته ها بروی و چون به آن رسیدی از آن سیر شوی و دوباره به دنبال یک نداشته دیگر و همین طور این چرخه معیوب ادامه پیدا کند.

بیا و همین امروز تصمیم بگیر که با استفاده از قانون شکرگزای به داشته های خود فکر کن!

چرا شما شادمانی را به آینده موکول می کنید؟ شما می توانید همین الان شاد باشید!

با تمرکز روی آن نعمت هایی که خدا به شما داده است می توانید شادمانی را به قلب خود هدیه کنید.

کمال گرایی بسیار خوب است امّا نه به قیمت این که بشر همواره احساس بدبختی کند!

اگر به دنبال کمال در زندگی خود بودی امّا دیگر جایی برای شادمانی و لذّت

بردن از آنچه الان داری نگذاشتی، بدان که هیچ گاه روی آرامش را نخواهی دید.

کمال گرا باش و برای ایجاد آینده زیباتر تلاش کن امّا نگاهی هم به الان داشته باش و از نعمت هایی که داری شادمان باش!

شادمانی امروز را به عنوان سوغاتی برای فردای زیبای خود ببر!

ما راه زندگی را گم کرده ایم، ما زیستن در زمان حال را از یاد برده ایم برای همین شادمانی برای مردم ما افسانه شده است!

همه دارند می دوند تا به خوشبختی برسند امّا ...

امّا چقدر دیر می فهمند که خوشبختی این نیست که ما به چیزهایی که دوست داریم برسیم!

خوشبختی این است که آنچه را الان داریم دوست بداریم!

تنها با شکرگزاری است که می توان شرایط و داشته های کنونی را دوست داشت.

بیایید از نعمت هایی که خدا به ما داه است، قدردانی کنیم تا خداوند هم برکت بیشتری بر ما ارزانی دارد.

خداوند خود وعده فرموده است که اگر شکر نعمت های مرا بکنید، من نعمت خود را برای شما زیاد کنم.

آیا تا به حال فکر کرده ای وقتی از صمیم دل شکر خدا را می کنی، همان لحظه خداوند یکی از بهترین نعمت هایش را برای شما می فرستد؟

آیا آن نعمت را می شناسید؟

ص:77

وقتی تو شکر خدا را می کنی و سر به سجده می گذاری و «شکرا للّه» می گویی قبل از آنکه سر از سجده برداری خدا بهترین نعمت این دنیا را به تو می دهد.

آن نعمت همان آرامشی است که گمشده مردم این روزگار است.

در این هیاهوی ماشین و کامپیوتر که همه دارند می دوند تا آرامش را در پول زیادتر و خانه و ماشین بهتر پیدا کنند و سرانجام هم آن آرامش را پیدا نمی کنند، تو با استفاده از راز شکرگزاری می توانی به آرامشی بس بزرگ برسی که همه حسرت آن را دارند.

تو خود می دانی هیچ چیز به قیمت آرامش نمی رسد، چرا اگر دنیا برای تو باشد، باز هم دنبال آن آرامش می گردی.

ص:78

پی نوشت ها

(1) . عن معمر بن خلاّد: «قال الرضا علیه السلام: اتّقوا اللّه، وعلیکم بالتواضع والشکر والحمد، أنّه کان فی بنی إسرائیل رجل فأتاه فی منامه من قال له: إنّ لک نصف عمرک سعه، فاختر أیّ النصفین شئت، فقال: إنّ لی شریکا. فلمّا أصبح الرجل قال لزوجته: قد أتانی فی هذه اللیله رجل فأخبرنی أنّ نصف عمری لی سعه، فاختر أیّ النصفین شئت؟ فقالت له زوجته: اختر النصف الأوّل، فقال: لکِ ذاک، فأقبلت علیه الدنیا، فکان کلّما کانت نعمه قالت زوجته: جارک فلان محتاج فصله، وتقول: قرابتک فلان فتعطیه، وکانوا کذلک کلّما جاءتهم نعمه أعطوا وتصدّقوا وشکروا، فلمّا کان لیله من اللیالی أتاه الرجل فقال: یا هذا، إنّ النصف قد انقضی فما رأیک؟ قال: لی شریک. فلمّا أصبح قال لزوجته: أتانی الرجل فأعلمنی أنّ النصف قد انقضی، فقالت له زوجته: قد أنعم اللّه علینا فشکرنا، واللّه أولی بالوفاء، قال: فإنّ لک تمام عمرک»: مشکاه الأنوار ص 69، بحار الأنوار ج 68 ص 54.

(2) . الإمام الصادق علیه السلام: «مکتوب فی التوراه: اشکر مَن أنعم علیک، وأنعم علی من شکرک، فإنّه لا زوال للنعماء إذا شُکرت، ولا بقاء لها إذا کفرت، والشکر زیاده فی النعم وأمان من الغیر»: الکافی ج 2 ص 94، وسائل الشیعه ج 15 ص 315، الجواهر السنیه ص 40، جامع أحادیث الشیعه ج 13 ص 533.

(3) . عن سعدان بن یزید قال: «قلت لأبی عبد اللّه علیه السلام: إنّی أری من هو شدید الحال مضیّقاً علیه العیش، وأری نفسی فی سعه من هذه الدنیا لا أمدّ یدی إلی شیء إلاّ رأیت فیه ما أحبّ، وقد أری من هو أفضل منّی قد صُرف ذلک عنه، فقد خشیت أن یکون ذلک استدراجاً من اللّه لی بخطیئتی؟ فقال: أمّا مع الحمد فلا واللّه»: مشکاه الأنوار ص 66، بحار الأنوار ج 68 ص 54؛ الإمام

الحسين عليه السلام: «الاستدراج من اللّه سبحانه لعبده أن يسبغ عليه النعم ويسلبه الشكر...»: تحف العقول ص 246، بحار الأنوار ج 75 ص 117.

(4) . عن حمّاد بن عثمان، قال: خرج أبو عبد اللّه عليه السلام من المسجد وقد ضاعت دابّته، فقال: لئن ردّها اللّه علىَّ لأشكرنّ اللّه حقّ شكره، قال: فما لبث أن أتى بها، فقال: الحمد للّه، فقال قائل له: جُعلت فداک، قلت: لأشكرنّ اللّه حقّ شكره! فقال أبو عبد اللّه: ألم تسمعنى قلت: الحمد للّه»: الكافى ج 2 ص 97، تفسير نور الثقلين ج 1 ص 15؛ عن إسحاق بن عمّار، قال: «قال أبو عبد اللّه عليه السلام: يا إسحاق، ما أنعم اللّه على عبدٍ نعمه فعرفها بقلبه وجهر بحمد اللّه عليها ففرغ منها، حتّى يؤر له بالمزيد»: مستدرک الوسائل ج 5 ص 153، الفصول المهمّه فى أصول الأئمّه ج 3 ص 330، جامع أحاديث الشيعه ج 15 ص 386.

(5) . عن الإمام الباقر عليه السلام: «كان رسول اللّه عند عائشه ليلتها، فقالت: يا رسول اللّه، لِمَ تتعب نفسک وقد غفر اللّه لک ما تقدّم من ذنبک وما تأخّر؟ فقال: يا عائشه، ألا أكون عبداً شكوراً...»: الكافيج 2 ص95، بحار الأنوار ج 16 ص 264، التفسير الصافى ج 3 ص 299، جامع السعادات ج 3 ص 192.

(6) . إسحاق بن عمّار بن حيّان الصيرفى: شيخ من أصحابنا كوفى ثقه...: رجال النجاشى ص 71، فهرست الطوسى ص 39، رجال الطوسى ص 331، رجال البرقى ص 28، رجال ابن داوود ص 426، خلاصه الأقوال ص 200، نقد الرجال ج 1 ص 195، معجم رجال الحديث ج 3 ص 222.

(7) . عن إسحاق بن عمّار قال: «خرجت مع أبى عبد اللّه وهو يحدّث نفسه، ثمّ استقبل القبله فسجد طويلاً ثمّ ألزق خدّه الأيمن بالتراب طويلاً، ثمّ مسح وجهه، ثمّ ركب، فقلت له: بأبى أنت وأمّى، لقد صنعت شيئاً ما رأيته قطّ؟ قال: يا إسحاق، إنّى ذكرت نعمه من نعم اللّه...»: مكارم الأخلاق ص 265.

(8) . الإمام الصادق عليه السلام: «من سجد سجده ليشكر نعمه وهو متوضّئ، كتب اللّه له عشر حسنات، ومحى عنه خطيئات عظام»: مستدرک الوسائل ج 5 ص 151، بحار الأنوار ج 83 ص 219؛ الإمام

الصادق عليه السلام: «أيّما مؤمن سجد للّه سجده لشكر نعمه فى غير صلاه، كتب اللّه له بها عشر حسنات، ومحى عنه عشر سيّئات...»: ثواب الأعمال ص 35، الحدائق الناضره ج 8 ص 351، جواهر الكلام ج 19 ص 226، بحار الأنوارج 83 ص 201.

(9) . عن جميل، عن أبى عبد اللّه عليه السلام قال: «أوحى اللّه تعالى إلى موسى بن عمران عليه السلام: أتدرى يا موسى لِمَ انتجبتک من خلقى، واصطفيتک لكلامى؟ فقال : لا يا ربّ، فأوحى اللّه إليه أنّى اطّلعت إلى الأرض فلم أجد عليها أشدّ تواضعاً لى منک. فخرّ موسى عليه السلام ساجداً وعفّر خدّيه فى التراب تذلّلاً منه لربّه عزّ وجلّ، فأوحى اللّه إليه: ارفع رأسک يا موسى، وامرر يدک فى موضع سجودک، وامسح بها وجهک وما نالته من بدنک؛ فإنّه أمان من كلّ سقم وداء وآفه وعاهه»: الأمالى للطوسى ص 164، وسائل الشيعه ج 7 ص 14.

(10) . عن إسحاق بن عمّار: «... وإذا كنت فى ملأٍ من الناس، فضع يدک على أسفل بطنک واحنِ ظهرک، وليكن تواضعاً للّه...»: تهذيب الأحكام ج 2 ص 113، وسائل الشيعه ج 7 ص 20.

(11) . عن يونس بن عمّار، عن أبى عبد اللّه عليه السلام قال: «إذا ذكر أحدكم نعمه اللّه جلّ وعزّ، فليضع خدّه على التراب شكراً للّه، فإن كان راكباً فلينزل فليضع خدّه على التراب، وإن لم يكن يقدر على النزول للشهره فليضع خدّه على قربوسه، فإن لم يكن يقدر فليضع خدّه على كفّه، ثمّ ليحمد اللّه على ما أنعم عليه»: الكافى ج 2 ص 98، بحار الأنوار ج 68 ص 35.

(12) . الإمام الكاظم عليه السلام: «لن تكونوا مؤمنين حتّى تعدّوا البلاء نعمه...»: كتاب التمحيص ص 34، تحف العقول ص 377، بحار الأنوار ج 64 ص 237.

(13) . الإمام الباقر عليه السلام: «كلّما ازداد العبد إيماناً، ازداد ضيقاً فى معيشته...»: الكافى ج 2 ص 261، دعائم الإسلام ج 2 ص 192، النوادر للرازندى ص 114، بحار الأنوار ج 100 ص 228.

(14) . عن أبى عبد اللّه عليه السلام، قال: «المعافى الشاكر، له من الأجر ما للمبتلى الصابر، والمعطى الشاكر له من الأجر كالمحروم القانع»: الكافى ج 2 ص 94، بحار الأنوار ج 68 ص 28.

(15) . عن فضل البقباق قال: «سألت أبا عبد اللّه عليه السلام عن قول اللّه عزّ وجلّ: «وَ أَمَّا بِنِعْمَهِ رَبِّکَ فَحَدِّثْ»؟

ص:81

قال: الذی أنعم علیک بما فضّلک وأعطاک وأحسن إلیک، ثمّ قال: فحدّث بدینه وما أعطاه اللّه، وما أنعم به علیه»: الکافی ج 2 ص 94، بحار الأنوار ج 78 ص 28، نور الثقلین ج 5 ص 601.

(16) . «فقد خرجت للذی خرجت له، فردّنی رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم من الطریق إلی ابنته التی کانت تحتی؛ لما بها من المرض، وولّیت من ابنه رسول اللّه الذی یحقّ علیَّ، حتّی دفنتها...»: تاریخ المدینه ج 3 ص 1031؛ همچنین مراجعه کنید: تاریخ دمشق ج 3 ص 152، تهذیب الکمال ج 19 ص 448، موسوعه التاریخ الإسلامی ج 2 ص 225.

عن أبی بصیر، عن أحدهما علیهماالسلام: «قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم لمّا ماتت رقیه ابنته: إنّی لأعرف ضعفها وسألت اللّه عزّ وجلّ أن یجیرها من ضمّه القبر...»: الکافی ج 3 ص 241، بحار الأنوار ج 6 ص 266.

(17) . الإمام الصادق علیه السلام: «کان أبی یقول إذا أصبح: بسم اللّه وباللّه... اللّهمّ إنّی أعوذ بک من عذاب القبر، ومن ضغطه القبر...»: الکافی ج 2 ص 525، بحار الأنوار ج 83 ص 264.

(18) . عن السکونی، عن الصادق، عن آبائه علیهم السلام، قال: «قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم: ضغطه القبر للمؤن کفّاره لما کان منه من تضییع النعم»: الأمالی للصدوق ص 632، ثواب الأعمال ص 197، علل الشرائع ج 1 ص 309، بحار الأنوار ج 6 ص 221.

(19) . قال رسول اللّه علیه السلام: «لم یأت علی القبر یوماً لا یتکلّم، فیقول: أنا بیت الغربه، أنا بیت الوحده، وأنا بیت الدود...»: سنن الترمذی ج 4 ص 55، کنز العمّال ج 15 ص 550.

(20) . قال الصادق علیه السلام: «فی کلّ نفس من أنفاسک شکر لازم لک، بل ألف وأکثر، وأدنی الشکر رؤه النعمه من اللّه من غیر علّه یتعلّق القلب بها دون اللّه، والرضا بما أعطاه، وأن لا تعصیه بنعمته، وتخالفه بشیء من أمره ونهیه بسبب نعمته، وکن للّه عبداً شاکراً علی کلّ حال، تجد اللّه ربّاً کریماً علی کلّ حال... وتمام الشکر اعتراف لسان السرّ خاضعاً للّه تعالی بالعجز عن بلوغ أدنی شکره؛ لأنّ التوفیق للشکر نعمه حادثه یجب الشکر علیها، وهی أعظم قدراً وأعزّ وجوداً من النعمه التی من أجلها وفّقت

له، فيلزمک على كلّ شكر شكر أعظم منه، إلى ما لا نهايه له...»: بحار الأنوار ج 68 ص 52، جامع السعادات ج 3 ص 192.

ص:82

(21) . عن میسر، عن أبی عبد اللّه علیه السلام: «شکر النعمه اجتناب المحارم، وتمام الشکر قول الرجل: الحمد للّه ربّ العالمین»: الکافی ج 2 ص 95، بحار الأنوار ج 68 ص 40.

(22) . سوره اسرا ، آیه 3 .

(23) . عن عمّار الدُّهنی، قال: «سمعت علیّ بن الحسین علیهماالسلام یقول: إنّ اللّه یحبّ کلّ قلبٍ حزین، ویحبّ کلّ عبدٍ شکور، یقول اللّه تبارک وتعالی لعبدٍ من عبیده یوم القیامه: أشَکَرت فلاناً؟ فیقول: بل شکرتک یا ربِّ، فیقول: لم تشکرنی؛ إذ لم تشکره. ثمّ قال: أشکرکم للّه أشکرکم للناس»: الکافی ج 2 ص 99، جامع أحادیث الشیعه ج 13 ص 537؛ عن الرضا علیه السلام، قال: «مَن لم یشکر المنعم مِن المخلوقین، لم یشکر اللّه عزّ وجلّ»: عیون أخبار الرضا ج 1 ص 27، وسائل الشیعه ج 16 ص 313.

(24) . قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله وسلم: «ما أظلّت الخضراء ولا أقلّت الغبراء ذا لهجهٍ أصدق من أبی ذرّ...»: علل الشرائع ج 1 ص 176، کمال الدین ص 60، معانی الأخبار ص 178، کفایه الأثر ص 71، کتاب الغیبه للنعمانی ص 84 ، الاحتجاج ج 1 ص 224، مسند أحمد ج 5 ص 197، سنن ابن ماجه ج 1 ص 55، المستدرک للحاکم ج 3 ص 342، مجمع الزوائد ج 9 ص 329، صحیح ابن حبّان ج 16 ص 84 ، المعجم الأوسط ج 5 ص 223، شرح نهج البلاغه ج 2 ص 485، الجامع الصغیر ج 11 ص 642.

(25) . عن عبد العظیم الحسنی، عن أبی جعفر الثانی، عن آبائه علیهم السلام، قال: «دعا سلمان أبا ذرّ رحمه اللّه علیهما إلی منزله، فقدّم إلیه رغیفین، فأخذ أبو ذرّ الرغیفین فقلّبهما فقال سلمان: یا أبا ذرّ، لأیّ شیء تقلّب هذین الرغیفین؟ قال: خفت ألا یکونا نضیجین، فغضب سلمان من ذلک غضباً شدیداً، ثمّ قال: ما أجرأک حیث تقلّب الرغیفین، فوَاللّه لقد عمل فی هذا الخبز الماء الذی تحت العرش، وعملت فیه الملائکه حتّی ألقوه إلی الریح، وعملت فیه الریح حتّی ألقاه إلی السحاب، وعمل فیه السحاب حتّی أمطره إلی الأرض وعمل فیه الرعد والملائکه حتّی وضعوه مواضعه، وعملت فیه الأرض والخشب والحدید والبهائم والنار والحطب والملح وما لا أحصیه أکثر، فکیف لک أن تقوم بهذا الشکر! ؟ فقال أبو ذرّ: إلی اللّه أتوب وأستغفر اللّه ممّا أحدثت، وإلیک أعتذر

ممّا كرهت...»: الأمالى للصدوق ص 527، مستدرک الوسائل ج 16 ص 294، بحار الأنوار ج 22 ص 320.

(26) . عن ابن أبى عمير، عن أبى عبد اللّه صاحب السابرى فيما أعلم أو غيره، عن أبى عبد اللّه عليه السلام، قال: «أوحى اللّه عزّ وجلّ إلى موسى عليه السلام: يا موسى، اشكرنى حقّ شكرى، فقال: يا ربِّ فكيف أشكرک حقّ شكرک، وليس من شكر أشكرک به إلاّ وأنت أنعمت به علىَّ؟ قال: يا موسى، الآن شكرتنى حين علمت أنّ ذلک منّى»: الكافى ج 2 ص 98، بحار الأنوار ج 68 ص 36.

(27) . سوره ضحى، آيه 11 .

(28) . عن فضل البقباق قال: «سألت أبا عبد اللّه عليه السلام عن قول اللّه عزّ وجلّ: «وَ أَمَّا بِنِعْمَهِ رَبِّکَ فَحَدِّثْ»؟ قال: الذى أنعم عليک بما فضّلک وأعطاک وأحسن إليک، ثمّ قال: فحدّث بدينه وما أعطاه اللّه، وما أنعم به عليه»: الكافى ج 2 ص 94، بحار الأنوار ج 78 ص 28، نور الثقلين ج 5 ص 601.

(29) . قال اللّه لداوود: «احبّنى وحبّبنى إلى خلقى... اذكر أيادىّ عندهم ، فإنّک إذا ذكرت ذلک لهم أحبّونى»: بحار الأنوار ج 14 ص 37 ج 67 ص 22 ، نقلاً عن قصص الأنبياء للشيخ الصدوق.

(30) . «التفكّر فى آلاء اللّه نعم العباده»: عيون الحكم والمواعظ ص 29.

(31) . الإمام الصادق عليه السلام: «لمّا قدم جعفر بن أبى طالب من الحبشه، قال لرسول اللّه صلى الله عليه و آله وسلم: أحدّثک يا رسول اللّه، دخلت على النجاشى يوماً من الأيّام وهو فى غير مجلس المُلک وفى غير ريشه وفى غير زينه، قال: فحييته بتحيّه الملک، وقلت: يا أيّها الملک، ما لى أراک فى غير مجلس الملک؟.. . فقال: أنا نجد فى الإنجيل: مَن أنعم اللّه عليه بنعمهٍ فليشكر اللّه، ونجد فى الإنجيل أنّه: ليس من الشكر للّه يعدله مثل التواضع، وأنّه ورد علىّ فى ليلتى هذه أنّ ابن عمّک محمّد قد أظفره اللّه بمشركى أهل بدر، فأحببت أن أشكر اللّه بما ترى»: كتاب الزهد ص 57، مستدرک الوسائل ج 11 ص 301، بحار الأنوار ج 18 ص 421.

(32) . عن رجاء بن أبى الضحّاک: «إن الرضا علیه السلام کان یسجد بعد الفراغ من تعقیب الظهر سجده یقول فیها مئه مرّه: شکراً للّه، وبعد الفراغ من تعقیب العصر سجده یقول فیها مئه مرّه: حمداً للّه، وکان یسجد بعد تعقیب المغرب وبعد تعقیب العشاء، وکان إذا أصبح صلّی الغداه، فإذا سلّم جلس فی

مصلاّه يسبّح اللّه ويحمده ويكبّر اللّه ويهلّله، ويصلّى على النبىّ صلّى اللّه عليه وآله حتّى تطلع الشمس، ثمّ يسجد سجده يبقى فيها حتّى يتعالى النهار»: عيون أخبار الرضا ج 1 ص 194، بحار الأنوار ج 83 ص 219. جهت اطلاع بيشتر در مورد سجده شكر مراجعه كنيد: الخلاف ج 1 ص 427، المعتبر ج 2 ص 272، ذكرى الشيعه ج 3 ص 465، تذكره الفقهاء ج 1 ص 125، جامع المقاصد ج 2 ص 317، غنائم الأيّام ج 3 ص 100.

(33) . عن على بن الحسن بن فضّال، عن أبيه، عن أبى الحسن الرضا عليه السلام قال: «السجده بعد الفريضه شكر للّه تعالى على ما وفّق له العبد من أداء فرضه، وأدنى ما يُجزى فيها من القول أن يقول: شكراً للّه، شكراً للّه، شكراً للّه، ثلاث مرّات»: علل الشرائع ج 2 ص 360، وسائل الشيعه ج 7 ص 6.

(34) . عن مرازم، عن أبى عبد اللّه عليه السلام، قال: «سجده الشكر واجبه على كلّ مسلم، تتمّ بها صلاتک، وترضى بها ربّک، وتعجب الملائكه منک، وأنّ العبد إذا صلّى ثمّ سجد سجده الشكر، فتح الربّ تعالى الحجاب بين العبد وبين الملائكه، فيقول: يا ملائكتى، انظروا إلى عبدى أدّى فرضى وأتمّ عهدى ثمّ سجد لى شكراً على ما أنعمت به عليه، ملائكتى! ماذا له؟ قال: فتقول الملائكه: يا ربّنا رحمتک، ثمّ يقول الربّ تبارک وتعالى: ثمّ ماذا له؟ فتقول الملائكه: يا ربّنا جنّتک، فيقول الربّ تبارک وتعالى: ثمّ ماذا؟ فتقول الملائكه: يا ربّنا كفايه مُهمِّه، فيقول الربّ تبارک وتعالى: ثمّ ماذا؟ قال: فلا يبقى شىء من الخير إلاّ قالته الملائكه، فيقول اللّه تبارک وتعالى: يا ملائكتى ثمّ ماذا له؟ فتقول الملائكه: يا ربّنا لا علم لنا، قال: فيقول اللّه تبارک وتعالى: أشكر له كما شكر لى، وأقبل إليه بفضلى وأريه وجهى»: كتاب من لا يحضره الفقيه ج 1 ص 333، تهذيب الأحكام ج 2 ص 110، مكارم الأخلاق ص 286، مستند الشيعه ج 5 ص 396، مجمع الفائده ج 2 ص 321، بحار الأنوار ج 83 ص 205.

(35) . سجدت حمس سجدات ليس فيهما ركوع، قال: أتانى جبرئيل فقال: يا محمّد انّ اللّه يحبّ فاطمه...: الكامل لابن عدى ج 4 ص 264.

(36) . «إيّاكم أن ص تمدّوا أطرافكم إلى ما فى أيدى أبناء الدنيا، فمن مدّ طرفه إلى ذلک، طال حزنه...»:

مستدرک وسائل الشیعه ج 8 ص 337 الرقم 17 ، بحار الأنوار ج 72 ص 367 باب 81 أحوال الملوک والأُمراء .

(37) . أبو ذرّ: «أوصانی رسول اللّه بسبع: أن أنظر إلی مَن هو دونی ولا أنظر إلی من هو فوقی ، وأوصانی بحبّ المساکین والدنوّ منهم ، وأوصانی أن أقول الحقّ وإن کان مرّاً ، وأوصانی أن أصل رحمی وإن أدبرت ، وأوصانی أن لا أخاف فی اللّه لومه لائم ، وأوصانی أن أستکثر من قول : لا حول ولا قوّه إلاّ باللّه العلیّ العظیم ؛ فإنّها من کنوز الجنّه»: الخصال ج 2 ص 345.

(38) . الإمام علیّ علیه السلام: «وأکثر أن تنظر إلی من فُضِّلت علیه؛ فإنّ ذلک من أبواب الشکر»: بحار الأنوار ج 33 ص 508.

(39) . قانون شفا، کاترین پاندر، ترجمه گیتی خوشدل، ص 78، انتشارات روشنگران و مطالعات زنان، 1385، تهران.

(40) . الشکر: تصوّر النعمه...»: مفردات غریب القرآن للراغب ص 265.

منابع

1. الاختصاص ، المنسوب إلى أبى عبد اللّه محمّد بن محمّد بن النعمان العُكبَرى البغدادى المعروف بالشيخ المفيد (ت 413 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، بيروت : دار المفيد للطباعه والنشر والتوزيع ، الطبعه الثانيه، 1414 ه .

2. الأماليأبو جعفر محمّد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسى (ت 460 ه) ، تحقيق : مؤسّسه البعثه ، قمّ : دارالثقافه ، الطبعه الأولى ، 1414 ه .

3. الأمالى ، محمّد بن على بن بابويه القمّى (الشيخ الصدوق) (ت 381 ه) ، تحقيق : مؤسّسه البعثه ، قمّ : مؤسّسه البعثه ، الطبعه الأولى ، 1417 ه .

4. بحار الأنوار الجامعه لدرر أخبار الأئمّه الأطهار عليهم السلام ، محمّد باقر بن محمّد تقى المجلسى (ت 1110 ه) ، تحقيق : دار إحياء التراث ، بيروت : دار إحياء التراث ، الطبعه الأولى ، 1412 ه .

5. تاريخ المدينه المنوّره ، أبو زيد عمر بن شبّه النميرى البصرى (ت 262 ه) ، تحقيق : فهيم محمّد شلتوت ، بيروت : دار التراث ، الطبعه الأولى ، 1410 ه .

6. تاريخ المدينه المنوّره ، أبو زيد عمر بن شبّه النميرى البصرى (ت 262 ه) ، تحقيق : فهيم محمّد شلتوت ، بيروت : دار التراث ، الطبعه الأولى ، 1410 ه .

7. تاريخ مدينه دمشق ، علىّ بن الحسن بن عساكر الدمشقى ، تحقيق: علىّ شيرى ، بيروت : دار الفكر ، 1415 ه .

8. تحف العقول عن آل الرسول ، الحسن بن على الحرّانى (ابن شعبه) (ت 381 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى ، الطبعه الثانيه، 1404 ه .

9. تذكره الفقهاء، جمال الدين بن الحسن بن يوسف بن على بن مطهّر المعروف بالعلاّمه الحلّى، (ت 726 ه)، منشورات المكتبه المرتضويه لإحياء الآثار الجعفريه، طبعه حجريه.

10. تفسير نور الثقلين ، عبد علىّ بن جمعه العروسىّ الحويزىّ (ت 1112 ه) ، تحقيق: هاشم الرسولىّ المحلاّتىّ ، قمّ : مؤسّسه إسماعيليان ، الطبعه الرابعه ، 1412 ه .

11. التمحيص ، أبو علىّ محمّد بن همام الإسكافىّ المعروف بابن همام (ت 336 ه) ، تحقيق : مدرسه الإمام المهدىّ عج ، قمّ : مدرسه الإمام المهدىّ عج ، الطبعه الأولى 1404 ه .

12. تهذيب الكمال فى أسماء الرجال ، يونس بن عبد الرحمن المزّىّ (ت 742 ه . ق) ، تحقيق : الدكتور بشّار عوّاد معروف ، بيروت : مؤسّسه الرساله ، الطبعه الأُولى 1409 ه .

13. التهذيب (تهذيب الأحكام فى شرح المقنعه) ، أبو جعفر محمّد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسىّ (ت 460 ه) ، طهران : دار الكتب الإسلاميه ، الطبعه الثالثه، 1364 ش .

14. ثواب الأعمال وعقاب الأعمال ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّى المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، قمّ : منشورات الشريف الرضى ، الطبعه الثانيه ، 1368 ه .

15. جامع أحاديث الشيعه، السيّد البروجردى (1383ه)، قمّ : المطبعه العلميه.

16. جامع السعادات ، محمّد مهدى بن أبى ذرّ النراقى (1209 ه) ، تحقيق : محمّد كلانتر ، النجف : دار النعمان للطباعه والنشر.

17. الجامع الصغير فى أحاديث البشير النذير ، جلال الدين عبد الرحمن بن أبى بكر السيوطى (ت 911 ه) ، بيروت : دار الفكر ، الطبعه الأولى .

18. جامع المقاصد، المحقّق الكركى، (ت 940 ه)، تحقيق: مؤّسه آل البيت لإحياء التراث، قمّ: المهديه، الطبعه الأولى، 1408 ه .

19. الجواهر السنيه فى الأحاديث القدسيه ، محمّد بن الحسن بن على بن الحسين الحرّ العاملى (ت 1104 ه) ، قمّ : مكتبه المفيد .

20. جواهر الكلام فى شرح شرائع الإسلام ، محمّد حسن النجفى (ت 1266 ه) ، بيروت : مؤسّسه المرتضى العالميه .

21. الحدائق الناضره فى أحكام العتره الطاهره ، يوسف بن أحمد البحرانى (ت 1186 ه) ، تحقيق : محمّد تقى الإيروانى ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى التابعه لجماعه المدرّسين .

22. الخصال ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّى المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، قمّ : منشورات جماعه المدرّسين فى الحوزه العلميه .

23. الخلاف ، أبو جعفر محمّد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسى (ت 460 ه) ، قمّ : مؤسّسه النشر التابعه لجماعه المدرّسين ، الطبعه الأولى ، 1407 ه .

24. الدُرّ المنثور فى التفسير المأثور ، جلال الدين عبد الرحمن بن أبى بكر السيوطى (ت 911 ه) ، بيروت : دارالفكر ، الطبعه الأولى ، 1414 ه .

25. دعائم الإسلام وذكر الحلال والحرام والقضايا والأحكام ، أبو حنيفه النعمان بن محمّد بن منصور بن أحمد بن حيّون التميمى المغربى (ت 363 ه) ، تحقيق : آصف بن على أصغر فيضى ، مصر : دارالمعارف ، الطبعه الثالثه ، 1389 ه .

26. ذكرى الشيعه ، محمّد بن مكّى العاملى (الشهيد الأوّل) (ت 786 ه) ، قمّ : مكتبه بصيرتى .

27. رجال ابن داوود ، الحسن بن على الحلّى (ت 737 ه) ، تحقيق : محمّد صادق آل بحر العلوم ، قمّ : منشورات الشريف الرضى ، 1392 ه .

28. رجال البرقى ، أحمد بن محمّد البرقى الكوفى (ت 274 ه) ، طهران : جامعه طهران ، الطبعه الأولى ، 1342 ش .

29. رجال الطوسىّ ، أبو جعفر محمّد بن الحسن المعروف بالشيخ الطوسىّ(ت 460 ه) ، تحقيق : جواد القيّومىّ ، قمّ : مؤسّسه النشر

الإسلامىّ ، الطبعه الأُولى 1415 ه .

30. رجال العلاّمه الحلّى (خلاصه الأقوال) ، حسين بن يوسف الحلّى (العلاّمه) (726 ه) ، تحقيق : جواد القيومى، قمّ : منشورات الشريف الرضى ، الطبعه الأولى ، 1417 ه .

31. رجال النجاشىّ (فهرس أسماء مصنّفى الشيعه) ، أبو العبّاس أحمد بن علىّ النجاشىّ (ت 450 ه) ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى التابعه لجماعه المدرّسين ، الطبعه الخامسه، 1416 ه .

32. روضه الواعظين ، محمّد بن الحسن بن على الفتّال النيسابورى (ت 508 ه) ، تحقيق : محمّد مهدى الخرسان، قمّ : منشورات الشريف الرضى .

33. سنن ابن ماجه ، أبو عبد اللّه محمّد بن يزيد بن ماجه القزوينى (ت 275 ه) ، تحقيق : محمّد فؤاد عبد الباقى ، بيروت : دار إحياء التراث ، الطبعه الأولى ، 1395 ه .

34. سنن الترمذى (الجامع الصحيح) ، أبو عيسى محمّد بن عيسى بن سوره الترمذى (ت 279 ه) ، تحقيق : عبد الرحمن محمّد عثمان، بيروت : دار الفكر للطباعه والنشر والتوزيع، الطبعه الثانيه، 1403 ه .

35. شرح نهج البلاغه، ابن أبى الحديد، (656ه)، تحقيق: محمّد أبو الفضل إبراهيم، مؤسّسه مطبوعاتى إسماعيليان، قمّ بالأوفسيت عن طبعه دار إحياء الكتب العربيه.

36. الصافى فى تفسير القرآن (تفسير الصافى) ، محمّد محسن بن شاه مرتضى

(الفيض الكاشانى) (ت 1091 ه) ، قمّ : مؤسّسه الهادى ، الطبعه الثانيه ، 1416 ه .

37. صحيح ابن حبّان بترتيب ابن بلبان ، علىّ بن بلبان الفارسى المعروف بابن بلبان (ت 739 ه) ، تحقيق : شعيب الأرنؤوط ، بيروت : مؤسّسه الرساله ، الطبعه الثانيه ، 1414 ه .

38. صحيح البخارى ، أبو عبد اللّه محمّد بن إسماعيل البخارى (ت 256 ه) ، تحقيق : مصطفى ديب البغا ، بيروت : دار ابن كثير ، الطبعه الرابعه ، 1410 ه .

39. صحيح مسلم ، أبو الحسين مسلم بن الحجّاج القشيرى النيسابورى (ت 261 ه) ، تحقيق : محمّد فؤاد عبد الباقى ، القاهره : دارالحديث ، الطبعه الأُولى ، 1412 ه .

40. علل الشرائع ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّىّ المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، بيروت : دار إحياء التراث ، الطبعه الأولى 1408 ه .

41. عيون أخبار الرضا ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّىّ المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، تحقيق : السيّد مهدىّ الحسينىّ اللاّجوردىّ ، طهران : منشورات جهان .

42. غنائم الأيّام، الميرزا القمّى، (ت 1231 ه)، تحقيق: عبّاس تبريزيان، قمّ : مركز النشر التابع لمكتب الإعلام الإسلامى.

43. الغيبه ، أبو عبد اللّه محمّد بن إبراهيم بن جعفر الكاتب النعمانى

(ت 350 ه) ، تحقيق : فارس الحسّون ، أنوار الهدى ، الطبعه الأولى ، 1422 ه .

44. الفصول المهمّه فى أُصول الأئمّه ، محمّد بن الحسن الحرّ العاملى (ت 1104 ه) ، تحقيق : محمّد بن محمّد الحسين القائينى ، قمّ : مؤسّسه معارف إسلامى، الطبعه الأولى ، 1418 ه .

45. الفهرست ، محمّد بن الحسن الطوسى (ت 460 ه) ، تحقيق : جواد القيّومى ، قمّ : مؤسّسه نشر الفقاهه ، الطبعه الأولى، 1417 ه .

46. الكافى ، أبو جعفر ثقه الإسلام محمّد بن يعقوب بن إسحاق الكلينى الرازى (ت 329 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، طهران : دار الكتب الإسلاميه ، الطبعه الثانيه ، 1389 ه .

47. الكامل، عبد اللّه بن عدى (ت 365 ه)، تحقيق: يحيى مختار غزّاوى، بيروت : دار الفكر للطباعه والنشر والتوزيع، الطبعه الثالثه ، 1409 ه .

48. كتاب الزهد ، الحسين بن سعيد الكوفى (ق 2 ه) ، تحقيق : ميرزا غلامرضا عرفانيان ، قمّ : المطبعه العلميه ، الطبعه الأولى ، 1399 ه .

49. كتاب من لا يحضره الفقيه ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّى المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى .

50. كفايه الأثر فى النصّ على الأئمّه الاثنى عشر ، أبو القاسم علىّ بن محمّد بن علىّ الخزّاز القمّى (ق 4 ه) ، تحقيق: السيّد عبد اللطيف الحسينى الكوه كمرى ، نشر بيدار - الطبعه الأولى 1401 ه .

51. كمال الدين وتمام النعمه ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّى المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى ، الطبعه الأولى ، 1405 ه .

52. كنز العمّال فى سنن الأقوال والأفعال ، على المتّقى بن حسام الدين الهندى (ت 975 ه) ، تصحيح : صفوه السقّا ، بيروت : مكتبه التراث الإسلامى ، 1397 ه ، الطبعه الأولى.

53. لسان العرب ، أبو الفضل جمال الدين محمّد بن مكرم بن منظور المصرى (ت 711 ه) ، قمّ: ، نشر أدب الحوزه .

54. مجمع الزوائد ومنبع الفوائد ، نور الدين علىّ بن أبى بكر الهيثمى (ت 807 ه) ، تحقيق : عبد اللّه محمّد درويش ، بيروت : دار الفكر ، الطبعه الأُولى ، 1412 ه .

55. مجمع الفائده والبرهان، المحقّق الأردبيلى، (ت 993 ه)، الطبعه الأولى، قمّ: منشورات جماعه المدرّسين فى الحوزه العلميه.

56. مستدرک الوسائل، الميرزا النورى، (1320ه)، قمّ : مؤسّسه آل البيت عليهم السلام لإحياء التراث، الطبعه الأولى، 1408 ه .

57. المستدرک على الصحيحين ، أبو عبد اللّه محمّد بن عبد اللّه الحاكم النيسابورى (ت 405 ه)، إشراف: يوسف عبد الرحمن المرعشلى، طبعه مزيده بفهرس الأحاديث الشريفه.

58. مسند أبى يعلى، أبو يعلى الموصلى، (307ه)، تحقيق : حسين سليم أسد، دار المأمون للتراث.

59. مسند أحمد ، أحمد بن محمّد بن حنبل الشيبانى (ت 241 ه) ، بيروت : دار صادر.

60. مشكاه الأنوار فى غرر الأخبار، أبو الفضل على الطبرسى (ق 7 ه)، تحقيق : مهدى هوشمند، قمّ : دار الحديث، الطبعه الأولى، 1418 ه .

61. معانى الأخبار ، أبو جعفر محمّد بن علىّ بن الحسين بن بابويه القمّى المعروف بالشيخ الصدوق (ت 381 ه) ، تحقيق : على أكبر الغفّارى ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى ، الطبعه الأُولى ، 1361 ه . ش .

62. المعتبر فى شرخ المختصر، نجم الدين أبو القاسم جعفر بن الحسن المحقّق الحلّى، (ت 676 ه)، قمّ : مدرسه مؤّسه سيّد الشهداء، الطبعه الأولى، 1364 ش.

63. معجم رجال الحديث، السيّد الخوئى، (ت 411 ه)، الطبعه الخامسه، 413 ه ، طبعه منقّحه ومزيده.

64. مكارم الأخلاق ، أبو على الفضل بن الحسن الطبرسى (ت 548 ه) ، تحقيق : علاء آل جعفر ، قمّ : مؤسّسه النشر الإسلامى ، الطبعه الأُولى ، 1414 ه .

65. موسوعه التاريخ الإسلامى ، محمّد هادى اليوسفى الغروى ، قمّ : مجمع الفكر الإسلامى ، الطبعه الأولى ، 1471 ه .

66. نقد الرجال ، مصطفى بن الحسين التفرشى (القرن الحادى عشر) ، قمّ : مؤّسه آل البيت لإحياء التراث ، الطبعه الأولى ، 1418 ه .

67. النوادر ، فضل اللّه بن على الحسنى الراوندى (ت 571 ه) ، تحقيق : سعيد

رضا على عسكرى ، قمّ : دار الحديث ، 1377 ش ، الطبعه الأولى.

68. نهج البلاغه ، ما اختاره أبو الحسن الشريف الرضى محمّد بن الحسين بن موسى الموسوى من كلام الإمام أميرالمؤمنين عليه السلام (ت 406 ه) ، تحقيق : السيّد كاظم المحمّدى ومحمّد الدشتى ، قمّ : انتشارات الإمام على عليه السلام ، الطبعه الثانيه ، 1369 ه .

69. وسائل الشيعه إلى تحصيل مسائل الشريعه ، محمّد بن الحسن الحرّ العاملى (ت 1104ه) ، تحقيق : مؤسّسه آل البيت عليهم السلام لإحياء التراث ، قمّ ، الطبعه الأولى ، 1409 ه

درباره مرکز

بسمه تعالی
هَلْ يَسْتَوِی الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ
آیا کسانی که میدانند و کسانی که نمیدانند یکسانند ؟
سوره زمر/ 9

مقدمه:
موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال 1385 هـ .ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:
موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:
1.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)
2.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی
3.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...
4.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو
5.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه
6.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:
1.عمل بر مبنای مجوز های قانونی
2.ارتباط با مراکز هم سو
3.پرهیز از موازی کاری
4.صرفا ارائه محتوای علمی
5.ذکر منابع نشر
بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :
1.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه
2.برگزاری مسابقات کتابخوانی
3.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...
4.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...
5.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com
6.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...
7.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی
8.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...
9.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)
10.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)
11. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در 8 فرمت جهانی:
JAVA.1
ANDROID.2
EPUB.3
CHM.4
PDF.5
HTML.6
CHM.7
GHB.8
و 4 عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :
ANDROID.1
IOS.2

WINDOWS PHONE.3
WINDOWS.4
به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .
درپایان :
از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک 129/34- طبقه اول
وب سایت: www.ghbook.ir
ایمیل: Info@ghbook.ir
تلفن دفتر مرکزی: 03134490125
دفتر تهران: 88318722 ـ 021
بازرگانی و فروش: 09132000109
امور کاربران: 09132000109